

夏祭り特集号

今年も「セントラル堀田夏祭り」が8月23日に開催されました。

当日は多くのご家族に足を運んでいただき、本当にありがとうございました。

ご家族との楽しい一時に、入所者様も笑顔あふれる一日となりました。

昨年大好評だった名古屋市のマスコットキャラクター「はち丸」君も再訪してくれました。今回もス



タッフと共に会場と各フロアを回りました。短時間ではありましたが、入所者様やご家族と写真撮影をしたりと大活躍してくれました。

また、今年も去年に引き続き、スタッフによるソーラン節を披露させていただきました。一昨年からスタッフによる出し物を披露させていただいておりますが、ありがたい事に毎年大好評をいただいております。

ソーラン節のメンバーは、昨年11名でしたが今年

は一人増えて12名となり、理学療法士の大久保先生を中心に、約2ヶ月間練習を重ねてきました。



今年初めて踊るスタッフもおり、2ヶ月間で踊れるようになるか不安でしたが、当日は入所者様も、入所者様のご家族、お子様もノリノリで、ステージと客席との一体感も生まれていました。



今年もスタッフ一丸となってパフォーマンスを披露させていただきました。皆様方の御協力、本当にありがとうございました。

新企画！ヨチヨチレース

未就学のお子様による「ヨチヨチレース」を行いました。職員のお子様や利用者様のお孫様、総勢8名の可愛いお子様ご参加下さいました。



ルールは一直線のコースを、途中につるしてあるお菓子を取ってゴールまで走るといふ、パン食い競争のような形です。年中さんと年少さんとで分けて、競争をしました。まずは年中さん組から。名前もしっかり言えて、ルールの説明も、お行儀よく聞いていました。さすがですね。



司会者が「よおーい、ドン！」の「よおー」を溜め込んでしまうと、思わずフライングをしてしまう場面も。仕切り直して、今度はゴール目がけて猛ダッシュ。あまりの素早さに、シヤッターも追いつかず。



次に年少さんのレース。緊張した面持ちでのスタート。お菓子を取ると、そこで座り込んでしまったり、泣きじゃくってしまったりと大混乱でしたが、ママに手を引かれて無事ゴール。



頑張ったご褒美に、ママからのハグと、おやつをもらい、「はい、チーズ！」。

のど自慢大会

夏祭り恒例の「のど自慢大会」。毎年出場希望者が多く、どなたにも出場していただくか、スタッフも一苦労。今回は5名の方に出演していただき、自慢の歌を心おきなく歌っていただきました。

まず手始めに、音楽の先生をされていた入所者様のピアノ演奏に合わせ、皆で歌を歌いました。



「村祭り」「汽車」「ほたるの光」3曲を全員で歌いました。そして、いよいよのど自慢大会の始まりです。

一番 この世の花



二番 河内の次郎長



三番 木曾路の女



四番 みだれ髪



五番 炭坑節



皆さん素晴らしい歌声でした。これからもお元気でお過ごし下さい！

模擬店

今年の模擬店は、例年とは趣向を変え、全フロアーの方々に、昼食を一階会場で召し上がっていただきました。

厨房の富士産業さんにも御協力いただき、昼食メニューをお祭り風に。

焼きそば、から揚げ、お好み焼き。ソースの香りに、お腹が「グウ〜」。

スタッフが係りを務めた模擬店は、枝豆、クレープ、フランクフルト、かき氷、フルーツポンチ、ジュースとデザート系が並びました。



いつもの日常とは違う雰囲気の中、スタッフのテンションも上がり、また、皆様の楽しそうな笑顔に癒されました。



多くのご家族様に来ていただき、テーブルが足りなくなる程の賑わいでした。お忙しい中、誠にありがとうございました。ごさいます。スタッフが一同、心より感謝致します。また、今後の行事にも、ぜひご参加いただけますようお願い致します。



*掲載されている写真はご本人様、ご家族様の承諾を頂き、掲載しております。

デイケア夏祭り

デイケアでは、恒例の夏祭りを8月25日から28日までの4日間開催しました。

初めの2日間はボーリング大会、魚釣りゲームを行い、ボーリング大会では、1位から3位までの方にプレゼントを贈呈しました。



魚釣りゲームは、個人戦とチーム戦と2回行い、利用者様は釣った魚を競い合い、夢中になって魚釣りを楽しまれていました。おやつには、素麺、枝豆、ウインナー、卵豆腐、一口羊羹を用意し、召し上がっていただきました。



後半2日間は、ボーリングの代わりにゴルフを行いました。ゴルフ初体験の方

もいらっしやいましたが、中々の腕前でしたよ。



おやつには、焼きそば、ところてん、ウインナー等々を用意し、利用者様は「お腹いっぱい」「夕食、食べなくてもいいくらい」と盛り沢山のおやつを堪能されていきました。



ゲームとおやつを楽しんだ後は、盆踊りを行いました。スタッフも参加し、利用者様も歩ける方は立ち上がって、スタッフと一緒に踊りました。

あつと言う間の4日間でしたが、スタッフ手作りのおやつやゲームを楽しんでいただけただ事に、スタッフ一同感謝しております。皆様の素敵な夏の思い出の1ページになりますように...

事務所だより

事務員の中島です。施設の夏祭りも終わり、爽やかな秋風が吹く季節となりました。皆様お変わりないでしょうか。

さて、私は先日伊豆へスキューバダイビングに行ってきました。そこで一緒になったのは、なんと73歳のおばあちゃん。とてもお元気で、海に潜ることが生きたいだ、と楽しそうに話してくれました。私も、これが生きていけ！というものに出会えるといいなと思います。ちなみに、初めてのスキューバはドキドキでしたが楽しかったので、次は沖繩にライセンスを取りに行こうかと思っています。



リハ通信

【車椅子クッションの紹介】

日頃、私たちは一日の中で座って過ごしていることが多いですね。車椅子に座っていて「お尻が痛いな、皮膚が赤くなってしまうな」、姿勢が傾いてしまうな」と感じたことはありませんか？そんな時は適切な車椅子クッションを使用することで改善が得られることがあります。

クッションには様々な形状・厚さがあります。前滑り防止や姿勢保持のためアンカー型の形のものやお尻の形にフィットするもの、移乗しやすい平らなものなど。



アンカークッション

また、材質も様々です。褥瘡予防のため体圧分散に優れているものや材質の変化が起きにくいものなどがあります。

快適に過ごしていただ

るように皆様のお体に合ったクッションをお勧めしています。

栄養ワンポイントメモ

管理栄養士の

今回は、そばについてご紹介したいと思います。

そばには、毛細血管を丈夫にするルチンが含まれており、動脈硬化や高血圧の予防に効果的です。ルチンは水溶性で、ゆで汁に流出しやすい為、汁はゆで汁を利用していただくとういでしょう。また、穀物に不足しがちなアミノ酸のリジンも豊富に含まれています。年中食べられるそばですが、味と香りに優れているのが、夏の終わりから秋にかけて出回る「新そば」といわれます。そば粉の割合が多いほど、風味も栄養成分も豊かになるので、そば粉が八〇%入った八割そばや、一〇〇%の十割そばもおすすめです。



編集後記

今年もセントラル堀田の夏祭りが開催されました。ボランティアの方も来られ、にぎやかに盛り上げてくれました。毎年職員は皆様楽しんでいただけるよう四月から準備を始めます。夏の思い出になりますように。

今年の夏も猛暑が続きましたが、少しずつ過ぎやすい時間が増えてきたように思います。秋には秋の楽しみがあります。食べ物もおいしいものがたくさん出てきますね。

とはいえ、夏の疲れが出やすいのもこの季節です。『秋バテ』という言葉も最近聞かれるようになりまし。夏の生活習慣が続くことで体調不良を引き起こすのだそうです。

せっかく猛暑を乗り越えたのだから、ちょっと気をつけて秋も存分に楽しみましょう！

施設長 西本潤子