

おれんじの屋根

施設長より

～しょうぶの里まつりへのご来場

ありがとうございました～

去る6月7日(土)しょうぶの里まつりを開催しました。天候にも恵まれ約450人の人たちが賑わいました。ご来場いただいた地域の皆さま、ご家族の皆さま、ステージにご出演いただいた皆さま、協賛金・物品寄贈・出店などのご支援をいただいた皆さま、誠にありがとうございました。

前日に、職員が会場準備をしていますと、散歩中の地域の方から「明日は何時から?」と声をかけていただきました。地域の方も楽しみにしてくださる様子を拝見し、大変ありがたく思いました。

久しぶりにご家族に再会された利用者様は、満面の笑みを浮かべ、うれしくて仕方がない様子でした。いつも以上の笑顔にふれ、こういう笑顔を普段から見せてもらえるようになりたいと思いました。また、ご家族が利用者様を見つめる目は慈愛に満ちており、余談ですが亡くなった私の母の目を思い出しました。

当日は60人を超える高校生・大学生のボランティアからご支援をいただきました。それぞれ担当された役割に積極的に取り組まれ、おかげさまで事故なく、滞りなく、運営することができました。職員一同、改めて感謝を申し上げます。

しょうぶの里がこの地で開所し、四半世紀が過ぎようとしています。この間、多くの皆さまに支えられて参りました。そのことを強く実感できるイベントが里まつりです。私たちからも、微力ながら皆さまへの恩返しができるよう努めて参りますので、これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。

ボランティアの皆さんと!

ハット"マッシー" ユー!



城西中吹奏楽部の皆さん



『アキアカネ』

ゆうゆう会会長の瀬上です。

書き遊ぶ

令和3年のこの「おれんじの屋根」に「トンボのちから」という題で、ペットボトルで作ったトンボの話を書きました。普通、捨てるだけのペットボトルに黒マジックでトンボの簡単な絵を描き、切り取って庭に下げていると蚊が寄ってこなくなったというお話です。実はそれからずっとまだ一度も蚊に刺されておらず不思議でした。

よく調べてみるとトンボは蚊の天敵でした。蚊が水中でボウフラとして生きているとき、トンボもヤゴとして水中でボウフラを食べていました。成虫になっても目が



良く空を自由自在に素早く飛び回るトンボに勝てるはずもなく逃げ回っているのです。家のあちこちにペットボトルトンボを下げました。

ある朝、ん?と思うものが目に入りました。生まれたばかりなのでしょうか、可愛いオレンジっぽいトンボがペットボトルトンボの近くの枝にじっと止まっていました。アキアカネです。トンボ仲間が集まる場所と勘違いしたのでしょうか。何度見に行ってもそのままの状態でしたが、昼過ぎには元気に庭を飛び回っていました。



第20回 しょうぶの里 まつり

天候にも恵まれ、6月7日(土)に「しょうぶの里まつり」を開催することができました。当日は多数の方にご来場いただき、感謝申し上げます。

今年度から里まつりの案内用の大看板を、三愛建設工業株式会社様のご厚意でフェンスをお借りし、設置させていただきました。ありがとうございました。また当施設とゆかりのある業者様より、品物や協賛金等をいただきました。順不同ではございますがご紹介させていただきます。

- ☆有限会社熊本環境衛生センター様
 - ☆九州ノーマル株式会社熊本営業所様
 - ☆金剛株式会社熊本支社様
 - ☆R社様
 - ☆熊本きずな歯科医院様
 - ☆4町内自治会様
 - ☆肥後黎明ライオンズクラブ様
- ありがとうございました。



給食室より

7月 イベントメニュー

- 7日(月) セタリクエストメニュー
- 16日(水) 誕生会
- 25日(金) 手作りおやつ
- 30日(水) リクエストメニュー

＜疲れた時には何を食べる？＞

疲れやすいときには糖質、鉄分、たんぱく質、ビタミンB群といった栄養素が不足しがちです。栄養が偏らないようにバランスよく食べることが大切です。特に・・・

ビタミンB1(豚肉、大豆、きのこ類)、
ビタミンB2(牛乳、チーズ、ナッツ類)、
ビタミンB6(バナナ、サツマイモなど)
を意識的に摂取すると疲労回復に役立ちます。



管理栄養士 厚地

医務室より

《熱中症について 予防編》

梅雨に入り、気温・湿度も上がり日中の気温が30℃を超える日が続いています。近年、異常気象が続いていますが熱中症で搬送される方も右肩上がりに増えています。今月は熱中症の予防方法をお伝えします。

- ①天気予報を参考にし、暑い日や時間を避けて外出や行事の日時を検討する
- ②屋外では日向を避け、屋外では日傘を利用する
- ③適宜休憩する、無理をしない、頑張りすぎない
- ④携帯型扇風機や保冷剤等のグッズを活用する
- ⑤我慢せずに冷房を入れ、扇風機も併用する
- ⑥起床時や入浴前後に水分を補給する(1日当たり1.2L)アルコールや緑茶は利尿作用がある為飲み過ぎに注意
- ⑦大量に汗をかいた時には梅干し1個程度の塩分も忘れずに(清涼飲料水だけだと多量に糖分が含まれるため糖分の過剰摂取に注意。麦茶はミネラルも含まれるためお勧めです)



看護師 吉嶺

《7月の行事予定》

- ☆ 1日(火) 口腔ケア
- ☆ 3日(木) 訪問歯科
- ☆ 7日(月) セタまつり 訪問リハビリ
- ☆ 8日(火) ミルクアート お話し会 ナイフ1(10日まで)
- ☆ 10日(木) 訪問歯科
- ☆ 14日(月) 訪問リハビリ 職員研修会
- ☆ 15日(火) 口腔ケア
- ☆ 16日(水) 誕生会
- ☆ 17日(木) 訪問歯科
- ☆ 21日(月) 海の日
- ☆ 22日(火) 健康診断 ミルクアート
- ☆ 24日(木) 訪問歯科
- ☆ 28日(月) 訪問リハビリ 職員会議 給食委員会
- ☆ 29日(火) 口腔ケア

※予定ですので変更になることがあります。ご了承ください。

～編集後記～

《今月の私の心に刺さった言葉》
意思が濁れば意地になり
口が濁れば愚痴になり
徳が濁れば毒になる

最近、このような言葉が心に突き刺さります。あ～ちょっとお疲れ気味かな(；_；)
今、これを作成している頃は梅雨だというのは夏みたいな天気が続いています。梅雨が明け本格的な夏が来る前に身も心も整えなきゃ！猛暑を乗り切るために！

～～第98号～～

令和7年6月25日発行
発行元 しょうぶの里
熊本市西区小島9丁目14-58
Tel (096) 311-4588



