

# りんどう



どうして「りんどう」と名付けたのか？・・・昨年度よりデイケア通信のタイトル名は「りんどう」といいます。古くからりんどうの根は薬や漢方として使われていたそうです。「病気に勝利する」という花言葉から長寿の花とされています。皆さまに元気に長く通っていただけるようにと祈りをこめて名付けました。



いよいよ夏本番になります！天候の良い晴れた日が増え、太陽が力強く輝きだしてきています。夏祭りなど夏の楽しいイベントも多く始まり、楽しい思い出がくれそうのでわくわくしますね。しかし近年の夏の暑さは猛暑と言われるほどで、健康被害を招いてしまうという恐れがあります。脱水や熱中症にかからないよう体調管理に注意をして、少しでも快適な夏をお過ごしくださいね！



## ひんやりパフェ 大好評！

6月に期間限定で「アイスクリーム・パフェ」を提供しました。皆さんから「おいしかったよ」「また食べたいわ」「毎日でも食べたい」といった声が聞かれ大好評でした。皆さん残すことなくペロリと召し上がられ、味にも見た目にも楽しんで頂けたようでした。



前号で予告をしていました・・・

## 花より〇〇〇

この企画に気づいていただけましたか？正解は、おいしくて甘いアイスクリームのパフェでした！

いただきまーす！



女性の方々にフルーツを切ったり、パフェの盛り付けのお手伝いをして頂きました。皆さんのご協力でおいしいパフェが出来上がりました。ありがとうございました！

コーンフレークを食感のアクセントとして敷き詰め、甘くてひんやりとしたバニラアイスクリームを乗せ、さらに缶詰のフルーツ3種をちりばめて彩りよく仕上げています。最後にホイップクリームをトッピングし、フルーツのほのかな甘い香りが広がる、初夏にピッタリな可愛らしいパフェです♪



# 誕生会で「魚占い」!

今年度は、皆さんの生年月日をコンピューターで占う「誕生魚占い」を行い、勝手ながらその結果をご紹介させていただいています。「赤魚・・・青魚・・・甲殻類・・・軟体・・・」などなど、どんな魚類が当てはまるのかは乞うご期待です!



新しい看板です!

ささやかながらプレゼントをご用意しています!今年度のプレゼントはビニールポーチと、ライトなどの光が当たるとピカピカと光るキーホルダーです!毎年同じものにならないようにアイデアをひねり出し、皆さんのお役に立てる物をと職員が選びました。これから誕生日を迎える方は楽しみに待っていてくださいね♪



ポーチは小さめですが、お薬手帳や保険証などがちょうど収まるサイズです。またハンカチなどの小物も入ります。キーホルダーは暗い場所で自分の存在を知らせるために役立ちます!車のライトが当たると光るので、カバンや杖などに付けて、夕暮れ時のお出かけの際にご活用下さい。お役に立てると嬉しいです!

## レクリエーションの風景をご紹介します♪

### カラオケ



湘南デイケアではカラオケの機器を導入しています。懐かしい曲から最新曲まで網羅しており「この曲が歌いたかったわ～」といった声にお応えしています。「昔聞いていたあの歌何て曲名だったかな?」などの声があればお探しします。歌いたい方も聞かすのが好きな方も大歓迎です!! リクエストをお待ちしていますので気軽に職員へ声をかけてくださいね!



5月のある日、職員も元気いっぱい歌っています!カラオケが好きな職員は場を盛り上げるのも上手です。今後も皆さんからのリクエストにもお応えできたらいいですね♪



## 熱中症にご注意を!

暑さが厳しくなります。皆さん熱中症にご注意下さい!気温が上がり、汗をかく量が増えるので、熱中症予防にはこまめな水分補給が有効です。



- また、大切なのは **暑さを避ける** ことです。
- エアコン等で温度をこまめに調節する。(室温が28度を超えないようにするのが好ましい)
  - 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する。
  - 天気のよい日は日陰の利用、こまめな休憩をする。
  - 外出時には日傘や帽子を着用する。
  - 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用する。
  - 保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす。

※厚生労働省 リーフレット・ガイドより抜粋

近年ではクールタオルやポータブル扇風機など、暑さをしのぐ商品が売られています。比較的安価なものもありますので、ぜひ皆様も活用してみたいかがでしょうか。



### 編集後記

今号は「アイスパフェ」の様子を特集でお届けいたしました。お写真を取らせていただきご協力ありがとうございました!おかげさまで、この広報誌で皆さんの美味しそうな表情が伝えられたかと思っています。私は最近お気に入りのアイスクリームを見つけました!皆さんにもお気に入りの食べ物はありますか?美味しいものを食べてこの夏を乗り切りましょうね♪

山本真規子



## リングプル回収の途中経過報告です

よろしく  
お願いします

皆様のご協力によりリングプルが6月現在で15 kg集まりました!引き続きご協力をお願いします。



発行: プライムヘルシータウン湘南  
通所リハビリテーション事業  
〒052-0012 伊達市松ヶ枝町 157 番地 110  
TEL: 0142-22-1203  
ホームページ <http://www.koseikai-wel.or.jp/>