



まほろばだより

第146号

〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2

デイサービスセンターまほろば

☎ 0274-40-2022

編集委員 宇佐美・田辺

題字作品：共同作品

梅雨明けを控え、蒸し暑い日が続いています。これからの季節、暑い日が続くと、大人も子どもも夏バテに悩まされる人が増えてきます。体がだるい、疲れが抜けない、やる気が出ない、食欲がないなど、症状は人それぞれです。暑い夏を乗り切る為には、睡眠、食事が特に大切となり、夏バテ予防になります。エアコンを上手に活用し、十分な休息を心がけましょう。

また、真ほろばでもエアコン等で室温管理を行う機会が増えてきますので、寒さに弱い方は、羽織る物のご用意をお願い致します。

【潤青会からのお願い】

・コロナ感染症は「5類」になり、マスク着用は個人の判断となりましたが、基本的に病院や高齢者施設、混雑した場所などではマスクの着用が求められています。

デイサービスなど人の集まる場所では、今までと同じような感染対策が必要と思われます。

皆様には引き続きマスクの着用、手洗い、うがい、換気の励行などをお願いします。

また、少しでも下記の症状があった場合は、ご利用を控えて頂きたいので、ご協力をお願いします。

●熱が37.0℃以上の場合 ●体調不良（のどの痛み・倦怠感・せき・鼻水・吐き気等）

ご家族様や身近でコロナに感染した人、若しくはその疑いがある人、その他でも感染者と接触があったと思われる場合は、必ずご連絡ください。

＜行事報告＞ 「田植えゲーム」、「線路ゲーム」

6月は、四季に合わせたゲームとして◆田植えゲーム（苗に見立てたフェルトめがけてボールを投げて得点を競うゲーム）と、◆線路ゲーム（紫陽花を飾ったテーブル上の線路にボールを投げ、ゴールの駅を目指してもらおうゲーム）をレクリエーションの時間に行いました♪

どちらのゲームも「新しいゲームは新鮮で楽しいね。」と大好評でした。



手作りおやつ「フルーツピザ」



6月お誕生日の方々♪ おめでとうございます！



春季防災訓練実施！ ご協力ありがとうございました



変わり湯



6月利用者様作品 (七夕飾り、カレンダー)



施設の空き情報

【令和5年6月30日現在】

特 養 ☎0274 23-6520	現在満床ですが、お申し込みやご相談は随時受付けております。電話にてお問い合わせ下さい。要介護2までの方についてもお気軽にご相談下さい。 【担当：平石、井口】
ショートステイ ☎0274 23-6520	7月→現在、少しだけ空きがあります。 8月→先着順に予約を受付けています。 9月以降についてはご相談下さい。 ロングショートに関しましても、調整により、受け入れが可能な場合もありますので、ご連絡下さい。 なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合も、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。 【担当：平石、井口】
グループホーム ☎0274 23-6520	現在は入居しやすい状況となっています。お申込みやご相談は、随時受付けていますので、お気軽にご相談ください。 【担当：黒澤】
デイサービス ☎0274 40-2022	月曜～土曜の全ての曜日に空きがございます。ご利用を希望される場合は、お気軽にご連絡下さい。 機能訓練については、専門職が担当しています。(理学療法士・按摩マッサージ師・看護師) 【担当：大島】

暮らしの知識 『海の日』について



海の日とは、7月の第3月曜日が対象となる、国民の祝日の一つです。「国民の祝日に関する法律」では、海の日を「海の恩恵に感謝するとともに、海洋国日本の繁栄を願う」という日だと定めています。祝日として1996年に定められた当初は、7月20日が海の日でした。しかし、祝日法によって「ハッピーマンデー制度」が導入されたため、2003年以降の海の日は7月の第3月曜日となりました。

◎海の日由来

海をの日の由来は、海の日が国民の祝日と定められる前にあった「海の日記念日」がルーツです。「海の日記念日」は、1876年に行われた東北地方巡幸(じゅんこう)のおり、明治天皇が軍艦ではなく燈台巡視船「明治丸」に乗船し、7月20日に無事到着したことに由来します。

横浜へ帰港した史実にちなみ、1941年に村田省藏逓信大臣が7月20日を「海の日記念日」として提唱しました。当初はあくまでも記念日の一つであったものの、祝日化を望む国民の声に応える形で制定されたのが「海の日」です。四方八方を海に囲まれた島国である日本は、昔から海の恩恵を受けて、さまざまな文化が発展してきました。そのため、海の日は大いなる海の恵みにあらためて感謝し、これからも海とともに生きるために、海を大切にしようとする日でもあります。現状、海の日を国民の祝日として設けている国は世界に類を見ず、日本ならではの祝日です。その為、子供等に簡単な言葉で『海の日』を説明するときは、

- ・日本は海に囲まれた島国である
 - ・海のおかげで魚介類などの食料をたくさん獲ることができる
 - ・海は私たち日本人にとって、なくてはならない存在である
 - ・海を大切にし、「ありがとう」と感謝する日である
- などと説明すると理解しやすいと思います。

7月行事日程

- | | | | |
|---------------|---------|---------------|--------------|
| 4日(火) . . . | 七夕行事おやつ | 20日(木) . . . | 手作りおやつ |
| 10日(月) . . . | 七夕行事昼食 | 21日(金) . . . | 味わい御膳昼食 |
| 10日～15日 . . . | 変わり湯 | 20日～26日 . . . | 理美容 |
| 15日(土) . . . | お誕生日昼食会 | 26日(月) . . . | ご当地昼食(ブルコギ丼) |
| | | 24日～29日 . . . | まほろば温泉 |