



サービス付き高齢者向け住宅
ディア・レスト福山 アネックス

〒720-1132 福山市駅家町倉光 150 番地 1
TEL 084-977-0055 FAX 084-977-0056
<http://www.dearrest.net/fukuyamaannex/index.html>

梅雨寒から一変 8 月に入った途端夏本番で暑い日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

東京オリンピックの開催まであと一年。暑さが心配されており、「被る日傘」をボランティアに着用する等検討がされています。そうした中でユニクロが外国人を対象に「日本の夏に関する実態調査」を実施しました。調査結果によると、日本の夏の方が暑いと回答する人が 73.4%に達しています。高温多湿な日本の暑さは、中南米やアフリカなどの国の出身者にもこたえるようです。また、赤道直下のインドネシアからきた当施設の技能実習生も「母国より日本の夏の方が暑い」と言っています。

さて、夏の風物詩のひとつに風鈴があります。自然の風を受けた風鈴の短冊が「ゆらぎ」と呼ばれる不規則なリズムの音を生み出します。そしてそれは、小川のせせらぎや小鳥のさえずりなどと同じ高周波音をだしており、多くの日本人が癒しの音と感じているようです。風鈴の音を聞くと、体感温度が下がり涼しくなるという実験結果が出ています。20 代～60 代の方を対象に、室温 27 度に設定した部屋の中に入り、そこで、体感温度を聞いてみると 24 度～26 度と言う回答が多くあり、次に風鈴の音を流して 10 分程度経過した後では、21 度～23 度と言う答えが多くなりました。サーモグラフィで体の表面温度を計ってみると、風鈴の音を聞き始めてから実際に体温が下がり始めたそうです。風鈴を知っている日本人ならではの錯覚により起こる現象です。暑すぎる日本の夏。風鈴の音を聞き、少しでも夏の風情を楽しみたいものです。

立秋とはいえ厳しい暑さが続きます。お体にお気をつけてお過ごしください。

生活相談員 黒田恵利香

アネックス通信

第 68 号

令和元年 8 月発行



2019 スローガン
「AS ONE = 一致団結」

ASEAN Be one! ICT・IoT AI の活用

原点回帰

「人に優しい介護を目指して」 「最善の人へ最上級の敬意を込めて」
「笑がないではなく「やっ」てみよ! 笑い・笑顔のおもてる毎日へ!!」

DEAR REST

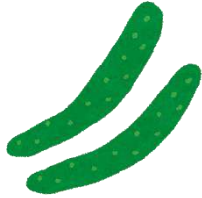


クッキングレクリエーション「採れたてキュウリの和え物」

7月14日（日）

施設で育てた、きゅうりを皆様と一緒に調理し、お昼ごはんの一品として食べました。

ハリのあるキュウリは歯ごたえもよく、皆様にとても好評でした。



キュウリの輪切り...
切っても切っても終わらない気がするわね
(笑)でも、たくさん食べれるから頑張るわ♥

完成♪

片栗粉で簡単わらび餅作り♥



【材料】（2人分）

- ★片栗粉 50グラム
- ★砂糖 30グラム
- ★水 250CC
- ※きな粉 適量



モチモチ、美味しいぞお♪



僕でも簡単に
作れました♪



健康管理室便り

「熱中症とは」

高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分が失われ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもってしまう事を熱中症といいます。

対策として、エアコンや扇風機を使い、**室温は28度以下、湿度は70%以下**に保つように心がけましょう。また、こまめな水分補給も必要です。

水やスポーツドリンク又、経口補水液で知られている「OS-1」「OS-1ゼリー」など薬局で購入できるものもあり、おすすめです。脱水にならないよう日頃から自己管理をしっかりと行っていきましょう。



デイサービスセンター

アーティフィシャル 7月18日(木)

Flower MIYAKO 様

お題「ハーバリウムで水族館」

完成品♡
とっても可愛く
出来ました☆彡



皆でワイワイ作るの楽しいわね♪

コポコポコポコ...

専用の液体を入れて完成よ☆彡

気泡もできて、本物の水みたい♡

語りの会「地藏様」

7月26日(金)

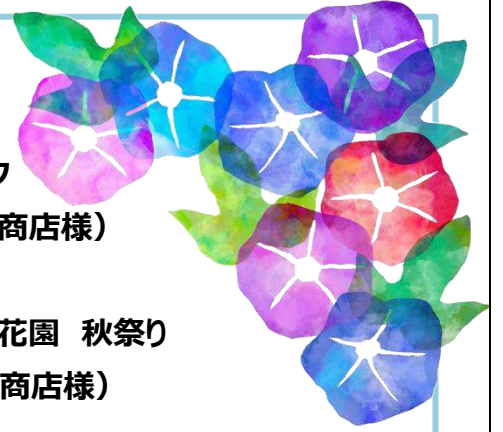
語りの会の皆さまがお越し下さり、入居者様に楽しいひと時をプレゼントして下さいました。手や身体を使ったレクリエーションや、「地藏様」のタイトルの語り。心に残る内容でした。語り部の人、それぞれの語り方に入居者様も聞き入っておられ、とても良い時間となりました。



デイサービス 行事予定表

8月20日(火)～8月22日(木) チャレンジウィーク(駅家南中学生)
8月21日(水) 12:00～ 素麺流し
8月22日(木) 14:00～ ミニ夏祭り
8月25日(木) 14:00～ アーティフィシャル(フラワー都様)

8月9月行事予定表



8月20日(火)～22日(木)	チャレンジウィーク
8月20日(火) 14:00～	移動売店(中山商店様)
8月21日(水) 12:00～	素麺流し
9月7日(土) 16:00～	グループホーム松花園 秋祭り
9月10日(火) 14:00～	移動売店(中山商店様)
9月11日(水) 10:30～	敬老会
9月24日(火) 14:00～	移動売店(中山商店様)
9月29日(日) 14:00～	ディア・レスト福山秋祭り



※8/20(火)～22日(木)のチャレンジウィークでは、駅家南中学校の生徒さんが来られます。ご迷惑をおかけする事もあるかと思いますが、温かく見守って下されば幸いです。お気づきの点がございましたら、遠慮なくスタッフへお申し出くださいませ。
※行事予定は変更となる場合もございます。予め、ご了承ください。

第14回 運営懇談会

7月27日(土)

今年も、お忙しい中、沢山の方にご参加いただきました。誠にありがとうございました。これからも、皆様からのご理解とご協力を宜しくお願い致します。



編集後記

照りかえる太陽と、せわしないセミの鳴き声に本格的な夏の到来を感じます。

さて、7月20日にクッキングレクリエーションで夏の食べ物で代表的な「冷やし中華」を作りました。入居者様に食材を切って頂くなどして一緒に作り、そして昼食に食べて頂きました。「錦糸卵にハム、きゅうり、トマト、カラフルな見た目で食欲そそるわね。私は断然胡麻ドレッシング派よ!」「たまご麺がモチモチして美味しい〜♪」等々、会話が弾まれ、あっという間に完食されました。また、8月には「涼菓バイキング」「素麺流し」も予定しております。厳しい暑さが続きますが、皆様に少しでも「涼」を感じて頂きながら、夏を楽しく乗り切ってもらえればと思っております。皆様、お楽しみに♡

暑さは当分続くかと存じますが、夏風邪などひかぬよう体調には十分注意して楽しい夏をお過ごし下さい。

介護副主任 田中慎也