



< ゆうすい NO. 61 >

令和 6年 9月
編集・発行 ゆうすい
〒863-2201
天草市五和町御領2395-2
TEL 0969-32-2355(代)
FAX 0969-32-2366
HP: <http://yu-sui.sakura.ne.jp/>



夕涼み会

八月二十二日(木)に夕涼み会を開催しました。利用者の皆さんは心待ちにされていたようで、数日前から夕涼み会の話題がよく出てきていました。

今年はバーベキューに加え、スイカ割りと花火も同時に実施。まずは、バーベキューで腹拵え。とても美味しかったようで、準備されたごちそうがどんどん無くなっていきます。

お腹一杯になった後はスイカ割り。今年のスイカはなかなか手ごわく、利用者さんが入れ替わり立ち替わり挑戦してようやく割っていました。もちろん、その後は美味しく頂いています。スイカで赤くなった顔と手を洗ったら、最後は花火大会です。据え置きやそれぞれの手持ちの花火から、色とりどりの花火が散るのを興味深そうに眺めておられました。

夕方から宵の口にかけてと、少し長めの行事でしたが、終始皆さんが疲れた様子もなく笑顔で過ごされていたのが印象的でした。

ゆうすい商店

四月十八日（木）、利用者の皆さんが楽しみにしているゆうすい商店が開催されました。

テーブルに並んだ色々なお菓子を前に、自分の好きな物をすぐ選ぶ方、利用者さん同士でお話をしながら買う方もいます。

あれこれとお菓子を遊びながらの買い物と買ったお菓子を食べる楽しみに、皆さん満足そうにされていました。



花菖蒲見学

五月三十日（木）、花菖蒲見学に行きました。天気は時節柄あまり良くありませんでしたが、それでも紫と白の花菖蒲はきれいに咲いていて、利用者さん達は散策しながら「あそこがきれい、あっちの花もきれい」と喜んで眺めておられました。

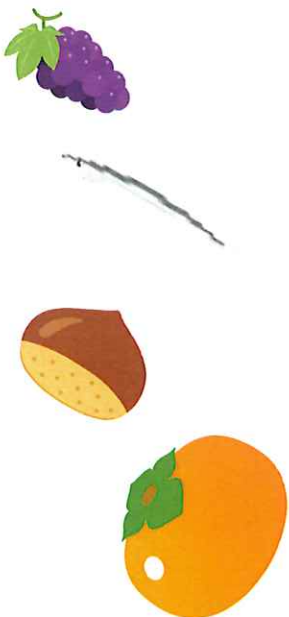


給食便り

今年も猛暑が続きました。暑い日が続くと食欲がなくなったり疲れやすくなったりします。昔は冷たい食べ物や飲み物で体の熱を冷ましたり、海や川に入って暑さをしのいだりしていました。

暦で暑い日となるのは夏至（六月二十一日頃）から処暑（八月二十三日頃）だと言われています。この頃に暑気払いを行うとよいでしょう。

暑気払いの代表的な行事食は土用丑の日のうなぎです。これは諸説あるようですが、江戸時代に土用丑の日に『う』の付くものを食べると暑気あたりしないという伝承からきているそうです。他には梅干し、うどん、瓜（胡瓜、西瓜）があるようです。土用期間に食べる行事食としては、『土用しじみ』や『土用卵』があります。江戸時代には冷やした甘酒も飲まれていたようです。暑さに負けないよう栄養のある食べ物を摂って残暑を乗り切りましょう。



ゆうすい運動会

ゆうすい運動会が六月六日（木）に行われました。これは今年始まった行事で、運動競技を通じて親睦を深めてもらおうというものです。

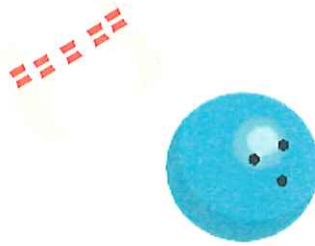
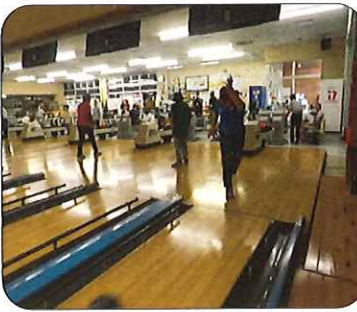
前座の職員による座興が終わるといよいよ本番。玉入れといった定番からリレー形式で紐を引く速さを競う少し変わった競技まで、職員が前もって準備していた色々な競技を楽しんでおられました。



ボウリング大会

七月二十三日（火）にボウリング大会が行われました。ここ数年、コロナウィルス感染症予防対策の為に中止していたのですが、今年度から再開したものです。

利用者のみなさんも久しぶりのボウリングとあって張り切っておられ、一投一投楽しそうにプレイされていました。普段あまり笑顔を見せない方もニコニコと笑っておられたのが印象的で、参加した皆さんが楽しまれていました。



医務室便り

熱中症とは

体温の上昇で身体にさまざまな症状が現れる状態です。熱中症は熱失神や熱けいれん、熱疲労など様々なパターンがあります。脱水症が起こったり電解質のバランスが崩れたりする事で症状が引き起こされ、青少年と中高年に多く見られます。熱中症の症状は4つに分類されます

熱失神↓めまい、一時的に失神する、顔面が真っ青になる（顔面蒼白）

熱痙攣↓筋肉痛、手足がふる、筋肉が痙攣する

熱疲労↓全身が重だるい（倦怠感）、頭痛、寒気、嘔吐、集中力や判断力が低下する

熱射病↓発熱、意識障害（呼びかけや刺激に対して反応が鈍い）不自然な言動、ふらつき

熱中症への対応として、冷却と水分補給が何よりも重要であり、改善が見られない場合は速やかに救急車を要請する必要があります。

色々な活動



花壇の花植え
きれいな花壇ができました



施設の周りのゴミ拾いを
がんばりました



余暇にドライブでお出かけ
コーヒーが美味しそう



ゆうすいGH便り

今回は、Nさん（グループホームひばり）のお仕事について、ご紹介させて頂きます。Nさんは、毎日元気にゆうすいへ通われ、生活介護事業を利用しています。現在は、施設のハウス作業や畑作業を中心に、花壇整備作業なども頑張っており、まわっています。

まだまだ暑さが続きますが、本人のペースで無理なく続けてもらいたいと思います。

【行事予定】

12月	11月	10月	9月
クリスマス忘年会 誕生会	ゆうすい祭 利用者日帰り旅行 誕生会	親善スポーツ大会 福祉まつり 誕生会	買い物外出 避難訓練 誕生会

編集後記

残暑の続く折、ご挨拶申し上げます。

まだまだ暑さは続いています。夜、夜の虫の音を聴いていると、少しずつ秋めいてきているようにも感じられます。

ゆうすいでは、コロナ後に久しぶりに行う行事があり、また、新しい行事も始める等、夏らしい活気のある時間が過ぎていきました。

※個人情報保護法に伴い本誌の写真は、ご本人の許可を得て掲載しております。

新入所者紹介

令和6年8月 下田 由美子さん

新入職員紹介

令和6年5月 支援員 田上 良子さん
令和6年7月 調理員 平田 みすずさん

退職者紹介

令和6年7月 調理員 佐藤 彩香さん