

オキドキニュース 八月号



二十四節季

立秋（りっしゅう） 八月七日 秋が始まる。
処暑（しよしよ） 八月二十三日 暑さが終わる。

救命講習会

七月二十二日（火曜日）一階デイルームに於いて、秋川消防署の指導のもと救命講習会を実施しました。

今回の講習では、心肺蘇生法やAEDの使い方など、非常時に必要な応急手当ての知識を身に付けるための講習を行いました。

救命講習を初めて受講した職員は勿論のことと過去に受講したことがある職員にとっても、新たなきづきや復習が出来たこともあり、大変有意義な講習会となりました。

- ◆講師 秋川消防署員四名
- ◆参加者 職員十四名



夏の栄養補給には「甘酒」がおすすめ

甘酒といえば、寒いときに飲むとポカポカして体を温めてくれる冬に飲むイメージですが、実は江戸時代には夏に飲まれていました。当時の人たちは、暑い夏を乗り切るために「滋養強壮ドリンク」として甘酒を飲んでいたのでそうなんです。それはブドウ糖やアミノ酸、ビタミン類など豊富な栄養素が含まれているからで、甘酒に含まれるブドウ糖は点滴と同じ成分です。甘酒は、エネルギーに転化されやすく、現代でも「飲む点滴」と言われ、「夏バテ防止」「疲労回復」「美肌効果」があるそうです。また、最近では甘酒と豆乳を混ぜたドリンクが、美容と健康に良いということでもブームになっています。

8月11日 昼食に提供！



夏野菜カレー

写真はあくまでイメージです

施設内床清掃のお知らせ

左記の日時にて、清掃業者による施設内の「床清掃」「ワックス掛け」を予定しております。ご迷惑をおかけしますが、皆様のご理解ご協力をお願い致します。

※施設内床清掃のため、ご面会は中止させて頂きますので、ご面会のご予約は出来ませんのでご了承下さい。

日時 八月二十四日（日曜日）

作業時間 午前九時～午後四時

A班(4人)	9:00 ~ 9:30 受付・相談室
	9:30 ~ 10:30 地下
	10:30 ~ 12:00 2階共用部分・西側階段
	13:00 ~ 14:30 3階共用部分・東側階段
B班(4人)	9:00 ~ 10:50 リハビリ・デイルーム
	10:50 ~ 12:00 事務棟
	13:00 ~ 15:00 クリニック

夏祭りのお知らせ



オキドキでは、八月十日（日曜日）に「夏祭り」を開催いたします。今年はお家族様もご参加いただく形での開催となります。ご家族様の参加は事前予約制とさせていただきますので、ご参加を希望される場合は、お問い合わせください。

日時 八月十日（日曜日）

十三時四十五分から十五時四十分

- ・二階 ご利用者 十三時四十五分～十四時三十分
- ・三階 ご利用者 十四時五十分～十五時四十分

★参加に関する注意事項★

参加にあたっての注意事項がございますので、以下内容を必ずご確認ください。ご参加ください。

- ・マスクの着用をお願いいたします。
- ・ご利用者様一名に対して、最大二名のご家族様にのみご参加いただけます。
- ・ご利用者様用の飲食物の持ち込みは禁止とさせていただきます。

お盆の「胡瓜の馬」「茄子の牛」は、なぜ「きゅうり」と「なす」なのか？



お盆に「きゅうり」と「なす」で作る馬と牛は精霊馬・精霊牛と呼ばれ、お盆に「先祖様が行き来する乗り物」として作られました。きゅうりと「なす」で作った精霊馬の意味は、「きゅうり」は足の速い馬として見立てられ、あの世から早く家に戻って来れるように。「なす」は歩くのが遅い牛として見立てられ、少しでもこの世から帰るのを遅らせるようにとされています。また、お盆に先祖様を供養するお供物などを持ち帰ってもらう為に牛にしたとも言われています。地域によっては、行きも帰りも「きゅうり」の馬に乗り、「なす」の牛にはお供物などの荷物を載せて運ぶとも言われています。

なぜ、「きゅうり」や「なす」なのか、その理由ははっきりしません。おそらく夏の時期に多く採れる野菜のため手に入りやすく、またどこでも収穫できる野菜であったことから、広く全国的に「きゅうり」や「なす」が使われているものと考えられています。



「歯ブラシ」の交換について

ご入所中の皆様には、歯ブラシをご持参戴いておりますが、歯ブラシの毛先が広がらず、まだまだ使えそうに見えても、歯ブラシの弾力は弱くなっています。また、歯ブラシの毛が広がっていると歯垢を落としにくくなります。歯ブラシの取り替え時期は1ヶ月に1回が目安と言われております。

ご入所中の正しいブラッシングが出来るように、ご家族の皆様には恐れ入りますが、定期的な歯ブラシの交換をお願い致します。また、必ず歯ブラシには、名前をお書き下さい。

歯ブラシは定期的に交換しましょう



新しい歯ブラシ



交換時期の歯ブラシ