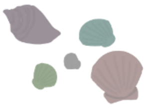
NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
TEL ０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２３年７月２０日（第 293 号）

七夕行事（たなばたぎょうじ）

７月７日（金）に七夕行事を行いました。日中はあいにくの雨でしたが、夜には晴れて、織姫と彦星が見られる事も祈りながら、思い思いの願い事を短冊に書いて笹に飾り付けました。「旅行に行きたい」「元気に過ごしたい」等の願い事が書かれていました。最後に、全員で「七夕さま」を大きな声で唄い、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。短冊に込めた皆さんの願いがどうか叶いますように。

作品紹介（さくひんしょうかい）



陶芸班より、貝皿の紹介です。鮮やかなブルーで色付けされています。ちょっとしたお惣菜などを盛り付けてはいかがでしょうか？

特別支援学校実習生

６月２８日～３０日の三日間、八幡西特別支援学校高等部３年生の仲井さんが実習に来られ、軽作業班での作業や余暇活動に参加されました。

仲井　颯汰さん

職員のリレーエッセイ

今回エッセイを担当します、太田　亜美と申します。４月１日より、陶芸班にて支援員として勤務しています。簡単ではありますが、自己紹介をさせていただきたいと思います。私は生まれも育ちも田川で、自然いっぱいの中、虫取りや魚釣りをして元気に育ちました！ 今では虫は大の苦手ですが・・・。 趣味はジャニーズのライブＤＶＤを鑑賞することです。特にSnow Man（スノーマン）が大好きです！！ 小学生の娘がいるのですが、よく二人で「キャーキャー」と騒がしく楽しんでいます。休日にはショッピングモールへお出かけし、可愛い雑貨探しなどをしながら過ごしています！ のぞみ園直方で働き出してあっという間に３か月が経ちました。まだまだ覚えて行くことがたくさんあり大変な時もありますが、利用者のみなさんが毎日楽しく過ごしていただけるように頑張りたいと思いますのでこれからもよろしくお願いします。

《８月の予定 》

- 8/4　（金）クラブ
- 8/8　（火）嘱託医検診
- 8/10　（木）大掃除・早帰り
- 8/17　（木）誕生会
- 8/18　（金）クラブ
- 8/23　（水）看護師巡回

※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより

休日の活動の様子

７月８日（土）は、**【チャーハン定食を食べよう！】**ということで、昼食作りを行いました。それぞれに役割分担を決め、具材を切ったり、炒めたり、お皿に盛りつけたりしました。また、餃子スープは、餃子包み器を使ったので、綺麗に包むことができました。カップサラダも添え、まさに、中華屋さんのチャーハン定食が出来上がりました！　ゲーム遊びは、夏の風物詩、**【金魚すくい】**をしました。ポイを破らないように慎重にすくう人もいれば、強引にすくいあげる人も・・・。たくさんすくうと、みなさんは大喜びでした。お祭り気分を味わうことができました。

カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

梅雨が明けると、ギラギラの太陽が照りつけ、本格的な夏へ突入しますね。たくさん汗をかく事が多くなると思いますので、こまめに水分補給を行い、熱中症予防に努めるようにしましょう。さて、今月は【作業訓練】の様子をお伝えします。指先を使って「つかむ」「つまむ」「並べる」などの動作を取り入れた訓練を行っています。細かい作業ですが、みなさんは根気強く頑張られています。

《活動予定》

8月

♪ 今月の歌　『 かもめの水兵さん 』 ♪

月	火	水	木	金
	1 的当て・ボール 散歩 （魚釣りゲーム）	2 風船飛ばし 障害物競走	3 すごろく 散歩 （ストレッチ運動）	4 テーブルカーリング クラブ
7 ボッチャ キックボウリング	8 ボウリング 散歩 （ボール運動）	9 作業訓練 サーキット運動	10 わなげ ―――	11 ――― ―――
14 ――― ―――	15 ――― ―――	16 ゴルフ キックターゲット	17 ピンポンカップイン 散歩 （だるま落とし）	18 壁絵作り クラブ
21 的当て・空気砲 障害物競走	22 テーブルカーリング 散歩 （芋ほりゲーム）	23 すごろく 水遊び （ストレッチ運動）	24 作業訓練 散歩 （ボウリング）	25 ボッチャ キックボウリング
28 わなげ キックターゲット	29 壁絵作り 散歩 （ゴルフ）	30 黒ひげ危機一髪 ピンポンカップイン	31 大掃除 散歩 （サーキット運動）	

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
TEL ０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２３年８月１８日（第 294 号）

かき氷作り

８月８日（火）、９日（水）の二日間に分けて、余暇行事で**かき氷作り**を行いました。かき氷機で氷を削ってお好みのシロップをかけ、フルーツを盛り合わせました。また、サイダーにシロップで色付けしてオリジナルジュースも作りました。かき氷機のハンドルを回すのに少し苦労しましたが、出来上がった冷たいかき氷は暑い夏にひんやりと冷たくてとても美味しかったです。なかなか自分でかき氷を作る機会はありませんが、楽しい時間を過ごすことができたようでした。

防災訓練

７月１３日（木）、**防災訓練**を実施しました。今回は、地震発生後、厨房からの火災を想定した、通報、避難及び、水消火器での消火訓練を実施しました。利用者のみなさんは、地震発生時には机の下に隠れ、火災発生後の避難も落ち着いて行動することができました。災害はいつどこで起こるかわかりません。訓練を怠らず、常に備えておきたいものですね。

医務室だより　＝ いざという時のために ＝

ここ数年、日本各地で大雨による甚大な被害が発生しています。自分の周りでもいつ発生するかわかりません。大事なことは、大切な命を災害から守る行動をするということです。ここでは、大雨が降った時、または予想される場合にするべきことを挙げてみました。

１．　ハザードマップや避難場所の確認をする

各自治体のホームページやインターネットからもハザードマップの入手は可能です。家の周辺の危険性の高い場所を把握しておきましょう。また、地域の緊急避難場所をしっかり確認し、万が一の場合に速やかに避難できるようにしましょう。

２．　溝や雨どいをこまめに掃除しておく

側溝が詰まっていると雨水がうまく流れず、溢れ出す可能性が高まります。また、家の中への水の侵入を防ぐため、土嚢を準備しておくと良いでしょう。土嚢は自治体で配布しているところもありますが、そうでない場合、二重にした大き目のゴミ袋に水を入れた水嚢を代わりに使用することもできます。

３．　非常用グッズの確認をする

避難時に持ち出せる非常用グッズをリュックにまとめて準備しておきましょう。避難時に必要なものは、日頃からリスト化しておくと便利です。また、万が一の断水に備えて、飲料水やトイレなどの生活用水の確保をしておきましょう。生活水の確保は、浴槽などに水を張っておくとよいでしょう。

いざという時に、適切な行動がとれるように日頃から心構えをしておきましょう。

《９月の予定 》

9/1　（金）クラブ

9/12　（火）嘱託医検診

9/15　（金）クラブ

9/21　（木）誕生会

9/22　（金）大掃除

9/27　（水）看護師巡回

※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより

休日の活動の様子

7月２２日(土)は、午前中に**「洗濯物干しゲーム」**をしました。洗濯当番で行っているタオル干しをいかに綺麗に、早く干すことが出来るか、５枚のタオル使ってタイムを競いました。日ごろの成果が出たようで、本番になると素早く綺麗に干すことが出来ていました。午後からは**「フルーツパフェ」**を作りました。カップにコーンフレークやりんごやバナナ、ゼリーとフルーツカクテル、バニラアイスを重ねて、最後にホイップクリームを絞り、トッピングを飾って完成です。おしゃれなカフェに来たようでした。みなさんは、甘く冷たいパフェとキャラメルマキアートを満喫されていたようでした。

カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

梅雨が明け、毎日のように猛暑日が続いています。暑さを避けつつも、適度に体を動かし、水分補給、食事をきちんと摂り、しっかりと休息をとることが、夏バテ防止になります。カリブではそんな暑さを吹き飛ばそうと、夏恒例の【水遊び】を行いました。プールの中で水をかけ合ったりしてワイワイしながら楽しまれていました。暑い夏だからこそ、思いっきり遊んで、みなさんと一緒に楽しい夏の思い出を作っていきたいですね！！

《活動予定》

9月

♪ 今月の歌　『 トンボの眼鏡 』♪

月		火		水		木		金	
								1	ゴルフ クラブ
4	的当て・ボール ストレッチ運動	5	風船飛ばし 散歩（だるま落とし）	6	テーブルカーリング 障害物競走	7	作業訓練 散歩（魚釣りゲーム）	8	すごろく わなげ
11	ボッチャ キックボウリング	12	ピンポンカップイン 散歩（芋ほりゲーム）	13	壁絵作り サーキット運動	14	黒ひげ危機一髪 散歩（キックターゲット）	15	ボウリング クラブ
18	――― ―――	19	わなげ 散歩（風船飛ばし）	20	的当て・空気包 魚釣りゲーム	21	テーブルカーリング 散歩（大漁はだ～れ？）	22	作業訓練 ストレッチ運動
25	ゴルフ キックターゲット	26	ボウリング 散歩（障害物競走）	27	ピンポンカップイン 風船飛ばし	28	ボッチャ 散歩（すごろく）	29	大掃除 キックボウリング

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２３年９月２０日（第 295 号）

しつないうんどう 室内運動

まだまだ暑い日が続きますね。この時期は高温のため、なかなか散歩に出ることができませんが、散歩に行けない時は、運動不足にならないように**室内運動**を行うようにしています。これまでは、ＤＶＤでお手本を見ながら実施していましたが、ＴＶの画面では小さく見にくかったため、プロジェクターを使って壁に映像を映し出して行っています。大画面なのでわかりやすく、みなさんもそれを見ながら一生懸命身体を動かしています。もう少し涼しくなったら、また散歩に出かけて思いっきり体を動かしたいですね！

作品紹介

まだまだ残暑が厳しいですが、季節は少しずつ秋へと向かっています。そこで、軽作業班より、**のぞみ箸**、**ふきん**の秋バージョンが出来ましたので、紹介します。

医務室だより

＝ 冷えによる体調不良から身を守ろう ＝

冷え性は寒い時期の代表的な症状ですが、夏場では服装や食事が「冷え」に対して無防備になりがちで、低めの温度のエアコンや冷たい飲み物、食べ物などにより、体温の低下や血行不良を起こすことがあります。これから秋を迎え、体には夏の疲れが溜まっているうえ、昼夜の気温変化も激しくなります。季節の変わり目には、しっかりとした体調管理をしないと「冷え」による思いがけない体調不良につながります。「冷え」から身を守るためには、体を温め、血行を改善することが大切です。次のポイントを参考にして、健康維持に努めましょう。

＊ 首、手、足から冷えるので、その部分の保温をしっかりとしましょう

＊ ウォーキングやストレッチなど軽い運動を心がけましょう

＊ ３８～４０度くらいのぬるめの湯でゆっくりと半身浴をして体の芯から温めましょう

＊ 栄養バランスの取れた食事を摂りましょう

＊ 十分な睡眠をとりましょう

《１０月の予定 》

10/6　（金）クラブ

10/10　（火）嘱託医検診

10/13　（金）**運動会**

10/19　（木）誕生会

10/20　（金）クラブ

10/25　（水）看護師巡回

10/27　（金）大掃除

※今月もお米の注文を受け付けています

《 お知らせ 》

＊８月２６日をもって、利用者の田中崇太郎さんが、退園されました。

＊８月末をもって、グループホームの窪田支援員が退職されました。

グループホームだより

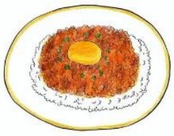
新職員紹介

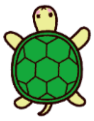
８月２９日より、ホームでの清掃・調理専門のパート職員として、渡辺さんが勤務されるようになりました。みなさん、よろしくお願いします。

渡辺　淳子さん

休日の活動の様子

８月１９日（土）は、昼食で**【キーマカレー】**を作りました。野菜を細かく切ったり、ひき肉を炒めたり、みんなで分担して作りました。ゆで卵の殻も上手に剝くことができました。部屋中がカレーのいい香りに包まれ、みなさんのお腹も「グーッ！」と鳴っているようでした。食後は、**【亀釣りゲーム】**をしてのんびり過ごしました。





カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

陽が落ちるのが随分と早くなってきましたね。季節の変わり目は体調を崩しやすくなるので、体調管理には十分気をつけて過ごしましょう。さて、今月は【風船飛ばし】を紹介します。うちわや棒を使って風船を打ち、かごに入れ得点を競います。飛んできた風船を優しく下からすくい上げたり、勢いよく上から打ったりと打ち方には色んな個性が出ます。風船もフワフワしてかごから落ちてしまったり、全く違う所に飛んで行ったり… 最後まで目が離せません！

《活動予定》

10月

♪ 今月の歌　『 大きな栗の木の下で 』 ♪

月	火	水	木	金
2 壁絵作り 魚釣りゲーム	3 的当て・ボール 散歩 （ストレッチ運動）	4 作業訓練 サーキット運動	5 テーブルカーリング 散歩 （だるま落とし）	6 黒ひげ危機一髪 クラブ
9 ――― ―――	10 わなげ 散歩 （芋ほりゲーム）	11 ゴルフ キックボウリング	12 ピンポンカップイン 散歩 （大漁はだ～れ？）	13 **運動会** **運動会**
16 的当て・ボール ストレッチ運動	17 黒ひげ危機一髪 散歩 （ボール運動）	18 壁絵作り キックターゲット	19 すごろく 散歩 （風船飛ばし）	20 作業訓練 クラブ
23 ボウリング わなげ	24 的当て・空気砲 散歩 （ピンポンカップイン）	25 ボッチャ 障害物競走	26 テーブルカーリング 散歩 （ストレッチ運動）	27 ゴルフ キックボウリング
30 風船飛ばし キックターゲット	31 大掃除 散歩 （魚釣りゲーム）			