

フレンドだより8月号

暑さ厳しき折から、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。梅雨も明け、いよいよ夏も本番となり、肌が焼けるような暑さが続いております。世間では、新型コロナウイルスの第2波が広がり始め、まだまだ予断を許さない状況です。何度もお伝えしている通り、一人一人が意識を持ちながら対応していきたいですね。

暑さ対策としては、こまめな水分補給・塩分補給を行いましょう。喉が渴いたと感じる前に、水分を摂ることが大事です。また、睡眠やしつかりとした食事で体力をつけることも大事ですよ。

8月 行事予定						
日	月	火	水	木	金	土
						1 作業日
2	3 誕生会 検診日	4 シーツ交換	5	6	7 利用者給食会議 (陶芸科)	8 作業日 ビューティーヘルパー
9	10 作業日	11	12	13 お盆休み	14 お盆休み	15 お盆休み
16	17	18 シーツ交換	19	20 工賃支給日	21 血圧体重測定	22 作業日
23	24 選択メニュー	25	26	27	28	29 作業日
30	31 リクエストメニュー					

※黒文字・・・施設全体、青文字・・・就労継続、赤文字・・・生活介護 の予定を表示。

令和2年度 行事予定変更のお知らせ

8月7日(金)に予定されていた、レッツエンジョイダンスは、新型コロナウイルス感染予防対策として、「中止」と致します。今後も、しばらくの間、中止する予定です。再開する際は、フレンドだよりにてお知らせいたします。ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

☆数々の給食イベント実施☆

7月7日(火)は、七夕だったので「七夕そうめん」がふるまわれました。紅白のそうめんが天の川のように流れており、オクラが星のようにきらめく、食べるのがもったいないメニューでした。七夕にそうめんを食べる理由は、「無病息災を祈願する」という言い伝えがあるそうです。今の時期にぴったりのメニューでしたね。



7月21日(火)は、土用の丑の日だったので、もちろん「鰻」がふるまわれました。あつあつご飯に錦糸卵が乗っておりその上に「ドン」とフワッフワな鰻が乗っています。お好みで山椒を掛けて・・・!

最高の昼食でしたね! みなさん嬉しそうに食べていましたよ(笑)。鰻には、ビタミンAやビタミンBが豊富に含まれており、疲労回復や食欲増進に効果があるそうです。夏バテ防止の必需品でしたね。



7月22日(水)は、選択メニューの日。今回の選択は・・・ハワイの風を感じる「ロコモコ」VS日本の王道「和風盛り合わせ」の対決でした。今回も非常に悩ましいメニューでした。気持ちだけでもGOTOトラベル!なのか、ロコモコの方が人気でしたね。



新型コロナウイルス感染症予防対策として外出やイベントが自粛傾向になっている為、食事の中で楽しみを・・・!と栄養士の山本さんが色々と考えてくれています。まだまだ、新型コロナウイルスの影響は続くと思いますが、今後も喜び・楽しんで食事ができるようにメニューを工夫していきたいと思っております。

◇お知らせ◇

送迎運行臨時中止の取り決めについて、再度ご確認をお願いいたします。

以前、お手紙で配布致しましたように、気象条件による判断基準として、「悪天候などにより、北九州市の小・中学校が臨時休校の場合は、施設の送迎運行も中止」となります。

TVや携帯電話などで情報を把握し、ご理解・ご協力の程、宜しくお願い致します。

災害支援活動として

熊本南部豪雨災害の報道で被害の状況を知り、施設内で協議を行いました。皆様が一日も早く元気になれますようにと、私たちにできることを考え、飲料水・マスク等心ばかりの品を支援救済物資として送りました。

一日も早い復興をお祈り申し上げます。

○自粛期間中の気分転換○

自粛期間中の気分転換や運動不足解消に!と北九州フレンド隣に設立されている芝生公園や敷地内を運動している方が多く見られます。また、健康の為にやつ等の間食を減らそう!と意識して取り組んでいる方もいらっしゃいます。

その成果が7月体重測定で見られており。なんと全体の50%以上の方が体重減の成果が出ている状況です。中には、8kgの減量の方も・・・

意識して運動・健康維持に取り組む姿勢が素晴らしいですね!^o^

特別号に散歩や運動訓練の様子を掲載