

# こすもぴあ便り 8月号

## 施設長からの一言

立秋とは名ばかりで猛烈な暑さが続いております今日この頃でございますが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。  
こすもぴあでは、ただいま全館こすもぴあハワイアンサマーフェスティバルに向けて、準備に取り組んでおります。  
エレベーター内やフロアにはポスターが貼られたり、みなさま方と一緒に作った飾り付けなどが少しずつ増えてきております。フラに出演するスタッフも、業務後に練習に参加し頑張っております。  
少しでもみなさまに喜んでいただいで、楽しい夏の思い出になりますようスタッフ一同努めさせていただきます。

## 事務長からの一言

七月は海や山を恋しく思っておりましたが、八月ももう半ば秋の風が恋しくなってきました。  
こすもぴあでは年中行事の中でも最大のイベント、ハワイアンサマーフェスティバル。今年も期待して下さい。従業員一同みなさまのひと夏の思い出づくりに奮闘します。  
さて、今世界中で「歩きスマホ」が問題視されておりますが、この秋よりアメリカ・ハワイ州では道路横断中に「歩きスマホ」をすると2000円から最大6万円の罰金が科せられる予定だそうです。「ながら族」は今では定着しているようですが、ここまでしないとリスク回避出来ないとは悲しい話ですね。

## 夏はやっぱり!スイカ割り!!



突然、1Fのデイサービスフロアから、「わあ〜!!」「いいぞ!」と割れんばかりの大歓声が…。そう、夏の風物詩、スイカ割りが大盛況!  
ズラリと並んだスイカたちの、瑞々しい切り口が食欲をそそります。皆様の満面の笑みをご覧ください!  
入居者様の笑顔が、私達スタッフの御馳走でした♪

## 7月27日 復命研修

7/27(木)に実施した今回の研修では、株式会社ヤクルトによる腸内環境についての健康講座を行って頂きました。腸内環境を整える為には、乳酸菌や食物繊維を多く取る事が大切ですが、日々の生活を規則正しく過ごす事が最も重要であるとの事でした。昔から「快食、快眠、快便」といいますが、とくに「快便」は体の健康状態は便の姿(大腸の健康状態)に反映されるということです。腸が若々しく健康であれば、多くの病気を引き起こす原因を予防することにも繋がります。今回の学びを活かし、御入居者様がいつまでも健康に過ごす事ができるよう努めますので、今後ともよろしくお願い致します。



## 心肺蘇生訓練



7/25(火)、デイサービスセンター内にてAEDデモ機とアンビューバッグを使用した心肺蘇生訓練を行いました。人形を前に緊張の面持ちのスタッフ。交代で胸骨圧迫とアンビューバッグ(人工呼吸用の風船のようなもの)を使って人工呼吸を行いました。いざというときにスムーズな動きが出来るよう、今日の訓練を活かしスタッフ一人一人日常的に頭の中でシミュレーションを行いたいと思います!

リズムカルに!



### 7/7(金) セタそうめん



- ・セタそうめん
- ・おにぎり
- ・天ぷら盛り合わせ
- ・冬瓜のかにあんかけ
- ・メロン

### 7/13(木) オムライス



- ・オムライス(きのこクリームソース)
- ・合鴨のサラダ
- ・彩りマトスープ
- ・レアチーズケーキ

### 7/17(月) サンドイッチ



- ・卵とハム&きゅうりのサンドイッチ
- ・白身魚のグリーンピースソース
- ・コーンスープカレー風味
- ・かぼちゃケーキ

### 7/25(火) 土用の丑の日



- ・うなぎ丼
- ・茶碗蒸し
- ・胡瓜の酢の物
- ・花麩のすまし汁
- ・すいか

## 行事予定

9月 15日 ……敬老会  
9月 30日 ……理美容

シナプソロジー 9月中旬予定

編集後記：今年はカラ梅雨というのでしょうか。梅雨の始まりと終わりがはっきりせず、いきなり真夏に突入したかのような不思議な御天気でした。暑さに負けず、利用者様もスタッフも元気一杯。様々な行事を愉しんでいます。

行事と言えば、夏のこすもぴあの大イベントは8月20日(日)のハワイアン・サマーフェスティバル!こちらのイベントについては、来月号にご紹介させて頂きたいと思っております。ご家族様と一緒に楽しんで頂ける数少ない機会ですので、奮ってご参加いただけるようお願い致します!







