



まほろばだより

作品：井筒、田村、神山様

第112号
〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2
デイサービスセンターまほろば
☎ 0274-40-2022
編集委員 宇佐美・星野

今年は梅雨明けが遅れていて、暑い夏が待ち遠しく感じられるほどですが、新型コロナウイルスの影響で、各地の夏祭りや花火大会が中止となり、少し寂しい夏になります。

来年は、例年と変わらぬ夏が迎えられるよう感染予防にも留意しながら、元気に頑張りましょう！！

さて、毎年この時期にはミニ納涼祭を実施していますが、今年は、コロナウイルスの影響もあり、規模を少し縮小させて頂き、『お楽しみ会』を開催することに致しました。

楽しいひとときをお過ごし頂きたいと考えていますので、是非ご参加下さい♪

【潤青会からのお願い】

- ・新型コロナウイルスなどの感染症はまだ終息してはいません。ご家族様もマスクの着用、手洗いの励行などを引き続きお願い致します。また、集団感染を未然に防ぐため、ご利用者さまが、少しでも下記の状態に当てはまる場合は、利用を控えて頂きたいと思っております。ご理解とご協力の程、宜しくごお願い申し上げます。
 - 熱が37.0℃以上の方
 - 体調不良（せき・鼻水・倦怠感・下痢・吐き気等）の方
 - 同居されているご家族様が風邪やインフルエンザ等の症状やその他、感染症の疑いがある場合
- また、ご自宅での朝の『検温』は引き続きお願い致します。

- ・デイサービスで用意しているマスク以外に、予備のマスクを連絡袋の中にお願ひ致します。
- ・洗濯ものを入れるビニール袋のご用意のお願いです。ビニール袋が有料となり、デイサービスでも用意することが困難になりました。忘れないよう、予備として数枚、カバンに入れて置いて下さると助かります。

<7月行事報告>

●七夕行事

今年はコロナウイルスの影響により、例年特養やGHと合同で実施している『七夕まつり』が行えないため、デイサービスでは、七夕にちなんだゲームや美味しいおやつを用意して、七夕行事を楽しんで頂きました。

ゲームは織姫、彦星のイラスト入りのペットボトルを紐を付けたうちわの上に置き、倒さないよう、慎重にたぐり寄せて頂くゲームです。

団体戦では織姫、彦星チームに分かれ、天の川に見立てたブルーシート上の籠に玉を入れる競争をして頂きました。

おやつは手作りの『あんみつ』と『たこ焼き』で、皆様にお祭り気分を楽しんで頂きました♪

「ペットボトルを倒さないように引っ張るのは難しいね。」「チーム戦だと力が入るね。」と楽しい時間をお過ごし頂けたようでした♪



●7月利用者様作品 (天の川、七夕飾り、ひまわり畑)



施設の空き情報 【令和2年7月31日現在】

特 養 ☎0274 23-6520	現在は入居しやすい状況となっています。随時、お申し込みやご見学、ご相談を受け付けておりますので、お問い合わせ下さい。要介護2までの方についてもお気軽にご相談下さい。 【担当：下田、小茂田】
ショートステイ ☎0274 23-6520	8月→現在、空きは余りありません。9月→先着順に予約受付しています。10月以降についてはご相談下さい。ロングショートに関しましても、受け入れが可能な場合もありますので、ご連絡下さい。調整させていただきます。 なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合も、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。【担当：下田、小茂田】
グループホーム ☎0274 23-6520	現在、満床です。空床待ちとなりますが、お申込みやご相談は随時受け付けております。 【担当：加藤】
デイサービス ☎0274 40-2022	月曜～土曜の全ての曜日に空きがございます。ご利用を希望される場合は、お気軽にご連絡下さい。機能訓練については、専門職が担当しています。(理学療法士・按摩マッサージ師・看護師) 【担当：平井、星野】

暮らしの知識 @上手なエアコンの使い方

・夏場のエアコンは冷房費が気になるものですが、冷房を使わなければ熱中症の危険性は上がります。電気代を抑えたいなら、エアコンの使い方を見直してください。少し工夫することで、冷房を控えることなく消費電力を抑え上手に使用が出来ます。

○温度、風量を適正に

・省エネのためには温度は27～28℃。「自動運転」が一番です。強風の状態だと、お部屋が冷えた後もモーターが回りっぱなしになり、無駄な電力を消費します。弱風では部屋が冷えるのが遅くなり、効率が良いとは言えません。自動運転にしておけば、暑い時は強い風を、室温が下がってからは弱い風を送ってくれます。何もしなくても快適な温度を維持してくれるので、無駄な電力を使わなくてすむわけです。

○除湿を上手に使う

・日本の夏の暑さは温度だけでなく湿度も大きな原因です。いくら冷房の設定温度を下げても、快適にならない場合は除湿運転に変更しましょう。

○フィルターを掃除する

・フィルターにゴミが溜まっていると、送風効率が悪くなり、設定温度を下げても部屋の温度はなかなか下がりません。1ヵ月に1回を目安に掃除をしておけば、いつでも最大効果を発揮できます。

○室外機の周りを整理する

・見落としがちなのが、室外機です。吹き出し口の周りに邪魔なものが置いてあったり、直射日光で室外機周りの温度が高くなっていたりすると、室内の熱を外に逃がしにくくなり、エアコンの効率が下がってしまいます。室外機の周りを掃除して、市販の日よけカバーで日陰をつくってあげましょう。



8月行事日程

- 6日(木)・・・味わい御膳昼食
- 15日(土)・・・お誕生日昼食会
- 19日20日・・・お楽しみ会

- 20日～26日・・・理容
- 23日～29日・・・まほろば温泉
- 28日(金)・・・ご当地(神奈川しらす丼)