



まほろばだより

作品：ご利用者様

第76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 星野・三浦・宇佐美

日ごとに汗ばむような日が多くなり、本格的な夏の訪れを感じる頃となりました。梅雨明けも間近となってきましたが、まだまだ油断の出来ない天候の日もありますので、気温の変化には十分注意し、疲れを残さないよう、しっかりとした休息をとるよう心がけましょう。

さて、今月は7日に特養、GH 合同で七夕祭りをを行います。皆様にとって頂いた七夕飾りが会場を華やかに飾り、かき氷やたこ焼き、落書きせんべいやスマートボールなどお祭り気分も楽しんで頂けます。

また、このほかにも、5日にはのぞみ幼稚園の園児達が日頃練習している、歌やダンスを披露しに真ほろばへ来て下さる等、楽しいイベントを予定していますので、是非ご参加下さいますようお願いいたします。

＜6月行事報告＞

●深緑ドライブ

今年も庚申山方面に深緑、紫陽花を見に出掛けてきました。池の周りに咲く紫陽花や深緑の林の中のドライブを楽しんで頂き、「庚申山も昔と比べて綺麗になったね。よくテニスをしたんだよ。」と昔を思い出されている方や、「紫陽花がちょうど見ごろで綺麗ね♪」と景色を楽しまれていました。

このほか、みかほみらい館から藤岡の町を眺めて頂いたり、ゆったりとした時間を過ごして頂きました。

●手作りおやつ (さくらんぼ大福)

今月の手作りおやつは、旬のフルーツさくらんぼを使用した『さくらんぼ大福』を皆様にとって頂きました。さくらんぼを白あん、ピンク色の白玉粉生地で包んで頂き、さくらんぼの形に可愛く飾り付けをすれば大福の完成です。「可愛く出来たから、もったいなくて食べれない。」「中のさくらんぼの酸味が餡と合って美味しい♪」と大変ご好評頂く事が出来ました。



7月行事日程

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| 4日(火)・・・味わい御膳昼食 | 17日(月)・・・手作りおやつ |
| 5日(水)・・・のぞみ幼稚園児 来所 | 20日～26日・・・理美容 |
| 7日(金)・・・合同行事 七夕祭り | 27日(木)・・・ご当地昼食(神奈川県 しらす丼) |
| 15日(土)・・・誕生日昼食会 | 24日～29日・・・まほろば温泉 |



天の川について

七夕といえば、天の川が見られると思っている人は多いと思いますが、実際、天の川という川はなく、星を川に見立てているだけなのですが、せっかくですからこの時期に夜空の星を見て織姫と彦星のことを思いたいものですね。

しかし、天気が悪ければ、夜空に瞬いている星を見ることは出来ません。七夕の日の天気にはどのような傾向があるのでしょうか？関東地方では過去10年の天気で予測すると七夕の日が晴れる確率は約50%位だそうです。七夕は織姫と彦星が1年に1度会える日と言われています。雨が降ってしまうと2人はどうになってしまうのでしょうか？これには様々な言い伝えがあるようです。

- ①雨が降ると天の川も増水し、2人は川を渡ることが出来ない。だから翌年まで会うことが出来なくなってしまう。
 - ②雨が降ると人々に再会を見られることがないので、雲のカーテンを敷いているだけ。2人は天の世界でちゃんと会えている。
 - ③雨が降るのはやっと会えた2人が嬉しくて涙を流すから。うれし涙だとしたら、七夕に雨が降りやすい理由も分かりますね。七夕の日に降る雨を「催涙雨(さいるいう)」または「洒涙雨(さいるいう)」と言い、織姫と彦星の涙が由来しているのだそうです。また、七夕に雨が降ると2人が会うことが出来ないと言われていた地域は少ないようです。
- 七夕はちょっとロマンチックなお話でもあります。晴れて天の川を見ることが出来ない場合が多いからこそ、夢があるのだと思います。



施設の空き情報 [平成29年6月30日現在]

特養 ☎0274 23-6520	現在、満床です。待機、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 下田、小茂田)
ショートステイ ☎0274 23-6520	日によって若干の空きが有りますが、希望される日程やユニットにより、調整が必要となる場合もございます。なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合は、出来る限り対応させて頂きますのでご相談下さい。 (担当 小茂田、下田)
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	月曜日～金曜日は若干の空きがあります。土曜日を希望される場合はご相談下さい。 (担当 平井、星野)

現在まほろばショートステイでは7月、8月分のショートステイの予約を受け付けております。先着順に予約を入れさせて頂いている為、ご希望の際は早めに担当ケアマネージャーにご相談下さい。

●6月利用者様作品【七夕飾り】



いきいき講座

食あたり(食中毒)について



暑い時期になると食あたりが気になります。気温が上昇すると熱中症と併せて食中毒のニュースが飛び込んで来たりもします。実は『食あたり』と『食中毒』と同じ意味の言葉で、医学的に正式な呼称は『食中毒』となります。この文章はこれからの季節に気をつけたい『食あたり』について説明させて頂きます。

●食あたりの代表的な症状 ・腹痛・下痢・嘔吐・発熱 非常に激しい苦痛を伴う事も多々あり、ときには命に関わる重大な症状にもなり得る危険な病気です。

●食あたりの3つの原因

- ・食品の鮮度による食あたり(細菌やウイルスが繁殖していると食あたりに感染しやすくなります。)
- ・自然食中毒(毒キノコやフグなど、元々毒性を持っている生き物を食べる事によって発生する食あたり。)
- ・他の動物との接触(他の動物との接触し、そのまま手を洗わずに食事をする事によって発生する食あたり。)

●食あたりの対処法

- ・胃の内容物を全て吐く・食事を控える・安静にする・体を温める・気道を確保する・水分補給をする
- ・病院へ行く(症状が重いと分かった時点で病院を受診しましょう。また、自然食中毒の場合は即救急車を呼ぶ。それ以外でも、出血や呼吸困難、眩暈が有る場合は即救急車を呼びましょう。)

★食あたりから全快するまでの期間は早く2～3日程度と言われてはいますが、病原の種類や症状の重さ、発症者の体力などによっても大きく左右されます。発症してしまった時は、無理せずゆっくりと休むようにし、心配であるならば迷わず病院へ行くようにしましょう。