



協同ショートニュース



2017. 9. 1 NO. 165



広島医療生活協同短期入所事業所

TEL225-7188

FAX225-7189

いつまでも残暑が続く毎日ですが、皆さまお元気にお過ごしでしょうか？

9月に入り少しずつ過ごしやすくなる季節なのに、体が思うように動かない。食欲不振や頭痛といった体調不良に・・・そんな悩みを持つ方は「秋バテ」かもしれません。放っておくと様々な病気になるので気を付けましょう。

解消、予防としては、ビタミンBを摂る、ぬるめの湯舟にしっかり浸かる、睡眠をしっかりとる、適度の運動をする、体を温める服装をするなどです。

秋バテにならないようしっかりと体調管理をしていきましょう。

ひまわり

夏になり、室内の飾り物をあじさいから、ひまわりに模様替えしました。

「ココがさみしいけえ、ココに花を貼ろうか？」と皆さんで相談しながら上手に作っておられました。

最後にひまわりの花に顔を描き完成!! 「おもしろい顔じゃねー子供がよろこぶよー」と笑いながら盛り上がっていました。



夏まつり



2017/08/01



2017/08/01



2017/08/01



夏のお楽しみと言えば・・・夏祭りがありますね♪ショートでも恒例の夏祭りを開催しました。

カラフルな色水を入れたペットボトルに点数をつけた輪投げでは、大きさや形の違う輪を5つ投げ、得点を競っていただきました。なかなか思うように飛ばない輪に、皆さん苦笑い。でも大丈夫！一番点数が低かったのは、なんと・・・職員でした。

そしてメインの盆踊りでは、「炭坑節」を踊っていただきました。輪に入って踊る人や手を動かして踊る人、歌を歌う人など、皆さんいろいろな形で参加されていました。やはり慣れ親しんだ曲に、ついで体も動いてしまうようです。食べることも夏祭りのお楽しみのひとつですね。ショートで用意したのは、巨大スイカ。さっそく皆さんの前で解体ショー！大きく切られたスイカを口いっぱいほおばっている顔は、とてもいい顔をされていました。