



花だより

軽費老人ホームA型
「花の人の家」

夏季号（第81号）
平成30年7月発行

雨も吹き飛ばすハワイアン♪

ハワイアンコンサート

6/16



「フラミンゴ」の皆様



「パームアイランダーズ」の皆様



「レレマコウ」の皆様



「ケハウラ千枝子 フラ教室」の皆様



お食事も南国テイストに♪

今年もこの時期がやって参りました。

施設内に限らず、地域の恒例行事となっている『ハワイアンコンサート』です♪

例年お越し頂いている『パームアイランダーズ』様、地元川越のフラダンスチーム『フラミンゴ』様、『レレマコウ』様の皆さまに加え、今年は『ケハウラ千枝子 フラ教室』の子どもたちも含めたフラチームも交えての、とても大きなハワイアンイベントとなりました♪

また観客も入居者だけでなくたくさんの地域の方々に盛り上げて頂き、皆さんで賑やかに過ごすひと時となりました！

✿ 誕生者紹介 ✿

ー7月ー	猿山恵美子	さま（昭和 4年 7月10日）	田幡 みつ	さま（昭和 4年 7月20日）
	伊藤 ツマ	さま（昭和 9年 7月 4日）	後藤 康子	さま（昭和19年 7月12日）
	松間さち子	さま（昭和28年 7月15日）		
ー8月ー	鈴木 武	さま（昭和 8年 8月12日）	水野 滋	さま（昭和10年 8月 3日）
	黒川 定子	さま（昭和10年 8月20日）	松野佐一郎	さま（昭和14年 8月17日）
	本木 正	さま（昭和25年 8月13日）		
ー9月ー	渡邊 崎子	さま（昭和 2年 9月13日）	互井美代子	さま（昭和 2年 9月30日）
	横田 昭	さま（昭和 9年 9月29日）	平川 英夫	さま（昭和10年 9月28日）
	佐々木隆夫	さま（昭和12年 9月 2日）	利根川静江	さま（昭和12年 9月22日）
	清水 幸雄	さま（昭和20年 9月24日）		

お誕生日、おめでとうございます！！

✿ 栄養士だより ✿

いよいよ夏本番！今年は梅雨が短く、6月の時点で気温が30℃を超える日がありました。この時期気になるのは夏バテではないでしょうか？夏食欲がなくなってしまう方、今年は夏バテの予防にチャレンジしてみませんか？

- ① こまめな水分補給を：体の水分・ミネラル不足による脱水に注意です。特に喉の渇きを感じにくい高齢者の方は喉が渇いていなくても水分を摂取する習慣を身につけましょう☆
- ② 十分な休養：暑さによる疲労回復や、自律神経を整えて体調不良を改善するために睡眠はとても大事になってきます。また、睡眠中にかかわらずですが低い温度でのクーラーの使用は体を冷やし過ぎ、かえって体調を崩す原因になることもあるので要注意です。（推奨：27～28℃）
- ③ 規則正しい食生活：1日3回食事していますか？暑さで疲れた体には栄養が必要です。
 ☆タンパク質（肉・魚など：体を作る栄養素）
 ☆ビタミンB1（うなぎ・豚肉など：エネルギーを作るのを助ける栄養素）
 ☆ビタミンC（果物など：不足すると疲れやすくなったり風邪をひきやすくなります）



☆☆☆ 食欲が落ちる前に生活習慣を整えましょう（＾＾） ☆☆☆

✿ インフォメーション ✿



軽費老人ホームA型「花の人の家」
「花だより」編集委員会

〒350-1151
埼玉県川越市今福1641
TEL 049(245)1415
FAX 049(241)1283

社会福祉法人 育美会
花の人の家 e-Mail info@ikumikai.jp

社会福祉法人育美会 HP絶賛更新中！
URL www.ikumikai.jp

☆ 編集後記 ☆

ここ数年、テレビやラジオで『今年は例年にない暑さ』と言われ続けているような気が致しますが、それもいたしかたなしというくらい、今年は例年にない暑さだともうところでございます。

あっという間に温度が上がりますので、水分補給をしっかりと、脱水や熱中症を引き起こすことがあります。いまは必要ない、と思っても、定期的な補給を欠かさぬよう心掛けてください。
施設長 加藤

ちいきのちから

配食試食会

4/20



私どもの施設では地域の独居高齢者の方へ配食弁当をご提供しておりますが、毎年この時期、そのお弁当の配布にご協力いただいている民生委員の方々をお招きし、『配食試食会』と称して意見交換や意識の共有を図る機会を設けています。頂いたご意見を基に、更に美味しく、更に食べやすい、食事を楽しんで頂けるようなものを引き続きご提供していければと考えております！

ふれあい福祉まつり

5/20

お日柄もよく、希望者の皆さんを募って、毎年この時期に開かれている『ふれあい福祉まつり』に遊びに行ってきました♪

今年で28回にもなるだけに、会場の伊佐沼にはたくさんの人と笑顔であふれており、とても賑やかな中で色々と見たり聞いたり食べたりしたりと、楽しく過ごすことができました♪



ふくはら探検隊

6/8



『福原小学校』の小学2年生の皆さんが、地域のまちの探検として当施設にもいらっしゃいました♪

皆さんから色々とインタビューがあり、しっかりお答えさせて頂きました！

まちの色々なところをいっぱいいっぱい見て行ってね♪

認知症サポーター講座

7/4

『地域包括支援センターみずほ』様主催による、『認知症サポーター講座』が当施設を会場として開催されました。講師の先生による具体事例や重要ポイントなどとても役立つお話がたくさんあり、参加された多くの皆さんも熱心にお勉強されておりました！

これからも福祉に携わる地域資源として、地域福祉力向上に役立ちたいと考えています♪



☆ 七夕あれこれ ☆



子どもたちと一緒に七夕の飾り作りです♪



上手に作れたかな？



願いごと、
叶いますように♪



「七夕集会」でマジック
ショーを披露してくれた
天鳳さんです！



七夕のお食事は、涼しげに
お素麺です♪

