

# コミュニケーションだより



旬の食材を頂いて  
秋バテ知らず!



秋バテって  
知ってます  
か?

夏が終わり秋口になってから、ドッと疲れが出はじめ、だるさが取れず疲労感やカラダの不調として現れてきます。

～予防・対策～

- 湯船にゆっくりつかる
- 軽い運動
- 温度管理…体を冷やさない
- 体を潤す秋の食材を食べる

## 9月の行事

SUN	MON	TUE	WED	THU	FR I	SAT
					1 朔日参り 体重測定週間	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12 書道の日	13	14	15	16
17	18 敬老の日	19 折紙教室	20	21	22	23 秋分の日 緑が丘 天狗祭り
24	25 歌の会	26	27	28	29	30

## イベント

8月18日 陽翠の里 夏祭り

18時からということもありコミニケアからは数人の参加となりました。さわらびさんの踊りや職員の出し物、鶴来信用金庫軽音楽部のみなさんの演奏など、盛沢山でした。和踊りにもたくさんの方が参加されていましたよ。



## お知らせ

社会福祉法人陽翠水  
共生型福祉施設新築工事のお知らせ

9月から旧辰口健康福祉センター跡地にて工事が始まります。日曜日を除く8時から18時まで作業を行います。工事中はご迷惑をおかけすることもあるかと存じますが、何卒ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



2018年4月オープン予定です。  
保育園・病児保育、児童発達支援・放課後等デイサービス、放課後児童クラブ、配食事業、カフェ、高齢者支援センター、訪問介護等の事業を行う予定です。

## 管理者徳井より

こんにちは！徳井です。今回のテーマは“年齢はとりたくないなあ～管理者のつぶやき”です。7月、8月と暑い日も多かったのですが、職員が利用者様宅から訪問で帰って来ると「部屋が暑かったので、扇風機やエアコンをつけてきました。でも本人は暑くないって言ってました。本当に暑さを感じないんですかね？」とよく報告を聞きます。私もそう思っていました。50歳を過ぎたあたりから健康診断にも引っかけ、病院に通う様になると、妻から「暑くないけ？エアコン入れてもいい？」と言われる様になりました。今までは暑い寒いほだいたい同じ感覚だったんですが……。

その時、ふっと職員の言葉を思い出して、「そうか。こういう事か。だんだん暑さを感じにくくなるんだな」と利用者様の気持ちがわかる様になってきました。勿論、個人差はあると思いますが。ああ～年はとりたくないなあ～と思う、今日この頃です！

## ほっこり職員日記

No.24 山崎清美

秋風が心地よい季節になりましたね。送迎車の中から利用者様と稲の成長を楽しみながら、田んぼの話をよくしています。ところどころの田んぼでも稲刈りが始まり、秋の味覚のひとつ新米の時期がやってきましたね。毎年、利用者様と一緒に笹寿司を作っていますが、今年も作りたいね！という声がちらほらと聞こえてきました。みなさんと一緒に計画中です。お楽しみに。



小規模多機能型居宅介護  
コミニケア 緑が丘

なんでもご相談ください。TEL 68-0436