

山館苑だより



山館苑の応援団長

[やまちゃん]

「立秋」を迎え、日が落ちるのも随分早くなってきましたが、日中はまだ夏と変わらない暑い日が続いています。

「夏バテ」については、皆さんご存じの通りかと思いますが、近頃は「秋バテ」というものもあるそうです。夏場は、エアコンによる室内と屋外との寒暖差から、自律神経の乱れ血行不良になりがちです。このような身体の状態では秋を迎えると、一気に夏の疲れが表れ、「何となく、怠い」「頭が痛い」「めまいがする」「肩がこる」といった様々な不調に見舞われてしまうそうです。その為、山館苑では居室の温度管理や部屋の換気、入居者の皆さんの水分摂取に十分配慮しながらケアを心掛けています。

夏場の繁忙期で、皆様もお疲れのこととと思われますが、お身体にはくれぐれも気をつけてお過ごし下さい。

【やまだて菜園】

以前、このお便りで苑庭の花壇に野菜を植えていることをご紹介しましたが、美味しい野菜が次々と実っています。

手入れして綺麗な花を咲かせるガーデニングも楽しいのですが、何といても「自分たちで毎日世話をした作物を食べることができる」菜園は大きな魅力がありますね。

今年は、施設長に菜園の中心になっていただき、収穫できた野菜は食材に加え、入居者の皆さんに召し上がっていただいています。



【車椅子をご寄贈いただきました】

この度、秋田県社会福祉協議会の事業を通じて、「北日本コンピューターサービス株式会社」様よりリクライニング式車椅子をご寄贈いただきました。

とても操作がしやすく、且つ機能性も良く、入居者・施設職員ともども大変感謝しております。温かいご支援に、あらためて心より厚く御礼申し上げます。



【山館苑夏祭り 開催】

入居者の皆さんにお祭りの雰囲気味わっていただきたく、8月18日に「山館苑夏祭り」を開催しました。

入居者の皆さんには半纏を着てもらい、ポップコーンをつまみながら出店をまわっていただきました。

「縁日なんて、子供の頃に戻ったみたいだな」「宝引き、面白えなあ」等、祭りを楽しまれる会話が聞かれたり、会場に笑い声が響くほどの盛り上がりが見られ、私たち施設職員にとっても楽しい夏祭りとなりました。

また、来年も楽しみましょうね。



【ドライブ行事】

穏やかな秋の景色を楽しんでいただけるドライブ行事を計画中です。まだ人が密集する場所へは立ち寄りませんが、車窓から大館市役所の新庁舎や秋田犬の里などの建物を見せてあげたいと思っております。

