

さかど

ロイヤルの園だより

発行

(福)栄光会

さかどロイヤルの園

坂戸市大字森戸 739-1

「夏の行事食」

栄養科

管理栄養士

さかどロイヤルの園では、四季を感じながら食事を楽しんでいただけでなく、日々のお食事に加え、季節ごとの行事食の提供を行っております。特に夏は行事が多く、七月の七夕・土用の丑の日、八月の開設記念日、九月の敬老の日と、毎月季節や施設ならではの献立をご用意しています。

行事食では、ちらし寿司や天ぷらなど、ご入居者に人気のあるメニューを取り入れ、見た目にも季節感を感じられるよう工夫しています。また、今年は新たな取り組みとして、七月から九月までの三カ月間、毎月一日ずつ季節のフルーツをご用意する予定です。これまで実施していたフルーツバイキングに代わり、旬の果物を味わっていただける機会を設けました。

これからも、行事食はもちろん、日々の食事も大切にしながら、ご入居者に食べる楽しみや季節の移ろいを感じていただけるよう努めていきたいです。

「時間差熱中症」

二層浅緑のくだり

介護職員

暑い日が続き、体にこたえる季節となりました。数年前の

夏、私の家族が熱中症で搬送されたことがありました。その日はとても蒸し暑い日でサッカーの試合を終え、夕方車を運転している時に足がつり、吐き気とめまいに襲われ自身で救急に連絡したそうです。幸い点滴のみで入院することなく帰って来ましたが、外で活動している時でなく、夜や翌日に具合が悪くなる「時間差熱中症」が増えていますと病院で助言されました。日中大丈夫でも後から頭痛やだるさ、吐き気、足のつりなど、気が付かないうちに体の中の水分や塩分が足りなくなり症状が後になつて出てきたようです。試合中水分はとっていたようですが、お茶や水だったと話していて、塩分不足だったのだと思います。それ以降は必ず経口補水液やスポーツドリンクを持っていくようになりました。皆様もこれからの季節暑くなりますので、水分と共に塩分もと熱中症に注意してください。

「スイカの季節」

一層浅緑のくだり

介護職員

七月から毎日厳しい暑さが続き、本格的に夏を感じられるようになりました。そんな夏と言えば一番に思い浮かべるのはスイカです。我が家では父が庭でスイカを作るのが恒例となっています。大きく実ったスイカを県外で暮らしている姉三人へ送ることが生きがいとなっている様子です。満足が行く出来栄のスイカが出来るまでは、私がひたすらスイカを食べています。父のスイカは不出来な見た目のスイカでも、採れたてだとシャキシャキと心地よい歯ごたえと、皮付近まで甘さを感じられる状態のため、正直外で買ったスイカよりも何十倍も美味しいのです。姉達はスイカが届くとすぐに感謝の連絡を父にしていますが、私はいまち素直になれず、心の中で感謝の言葉を呟いています。ただ、毎年出来たスイカを残さず完食しているので、言わずとも伝わっているのかもしれませんが。

「ご家族懇談会」

七月十八日のご家族懇談会には大変多くのご家族様にご参加いただき感謝申し上げます。施設や職員に対して温かい言葉や励まし、また改善した方がよい点など、お聞かせいただきありがとうございます。これからもより良い施設運営をめざしてまいります。今後何かございましたら面会の折にでもお声がけいただけますよう、よろしくお願いいたします。

施設長 齋藤悦子

「ご家族懇談会の様子」



「夏の戦い」

三層鴉のくだり

介護職員

夏になると甲子園で球児が汗と涙を流し戦っている姿を見ると青春だなあと毎年感動しています。私にとっての夏の戦いは、草と虫との戦いです。

庭の草と家の前の空き地から押し寄せてくる草。取っても取っても生えてくる。家の猫や近所の猫が庭で遊ぶので除草剤はまかないようにしています。草を抜きながらアリの巣を壊してしまつたときは「アリさんごめんね」と言いながら卵らしきものをかかえながら右往左往しているアリの大群をながめているとアリに刺されます。蚊や蜂にさされたり、大きなイモムシや毛虫がいると「ゲツ」と声がでます。「立派なチョウチョになってください」と言つて前の空き地に放り投げる。腰が痛くなると地面に座り、亡き母が座り込んで草を抜いている姿を思い出して涙ぐんだりすることもあります。そんな、たわいもないことをしながら草や虫と戦っています。それが私の健康の源になっているように思います。

「急に具合が悪くなる」

三層浅緑のくだり

介護職員

私は最近、「急に具合が悪くなる」という映画を観ました。メインの舞台がフランスの介護施設で、私は自分の置かれている立場に重ね合わせながら観ていました。扱いにくいテーマだとは思いますが、俳優の演技が素晴らしく、人物描写と話の展開に引き込まれていきました。静かで淡々とした話ですが、監督や原作者の思いや信念が伝わってくるような映画でした。

映画の中で、「不可能なものは不可能です。でも、可能になるまでは、です」という言葉がありました。不可能なものは不可能だけれども、何かきっかけがあれば、不可能を可能にすることができるかもしれない、視点を変えればできるかもしれない、と感じました。

その人の持ち味を引き出すにはどうすればよいか、どうすれば可能にすることができかを考えていきたいです。私は、「往生路が悪い人だねえ」と言われてみたいです。悪あがきをしてみたい、可能性を追ってみたいです。

年とともに、日々、日常の生活動作は低下していくのは自然なことです。昨日まで行えていたことが、難しくなることもあります。私たちにできることは限られるかもしれませんが、動きを取り入れたり、手作業をしていたたり、作品づくりを一緒に行うことで、楽しみながら日常生活動作を維持できればと考えています。

「夏の過ごし方」

四層亜麻のくだり

介護職員

こんばんは。梅雨明けもし、蒸し暑い夏が今年も始まります。皆様はどのようにお過ごしになりますか？自分は水族館に行き、涼しい館内で綺麗な魚たちを見て、イルカショーでは前の方に座り水を浴びます。鴨川の水族館ではシャチが暮らしています。最上段でも水が飛んでくるので、もし行く方は注意して楽しんでください。

そして何より夏の一番の過ごし方は怖い話を聞くことです。「夏と言ったらコレ」的な存在ですよね。自分は怖いのは得意ではないので水族館で良く怖い話を聞いています。自分自身、心霊体験などはしたことはないですが、世の中には様々な怖い話があります。話し手の方の言葉の強弱やその話の情景を考えながらドキドキしながら楽しんでいきます。是非この夏も楽しく笑い合えるような夏にしてください。そして面会の際にはたくさん思い出話を聞かせていただけると何よりです。

「七月の様子」

