

輝

宝木荘心得

1. 眼施（がんせ）
やさしいまなざしで人と接する。
2. 和顔悦色施（わけんえつじきせ）
にこやかな顔で人と接する。
3. 言辞施（ごんじせ）
やさしい言葉で人と接する。
4. 身施（しんせ）
自分の身体でできることで人に奉仕する。
5. 心施（しんせ）
人のために心をくばる。
6. 床座施（しょうざせ）
席や場所を人に譲る。ときには地位を譲る。
7. 房舎施（ぼうしゃせ）
人に休息の場を提供したり、自分の家に泊めてあげたりする。

令和6年 7月号



<https://takaragisou.com/>

フルーツサンド作り

フルーツサンド作りを行いました！
皆さん楽しそうに作っていましたね～*

生クリームやフルーツたっぷりで
ボリューム満点のものやハムとチーズの
しょっぱいサンドイッチを作るなど、
どれもおいしそうでした😊

今回はさくら医療福祉専門学校の
実習生さんと一緒ににぎやかな
おやつ作りができましたね♪



読み方が難しい漢字

～ 夏に美味しい野菜 ～

- ① 陸蓮根
- ② 玉蜀黍
- ③ 蔓荔枝

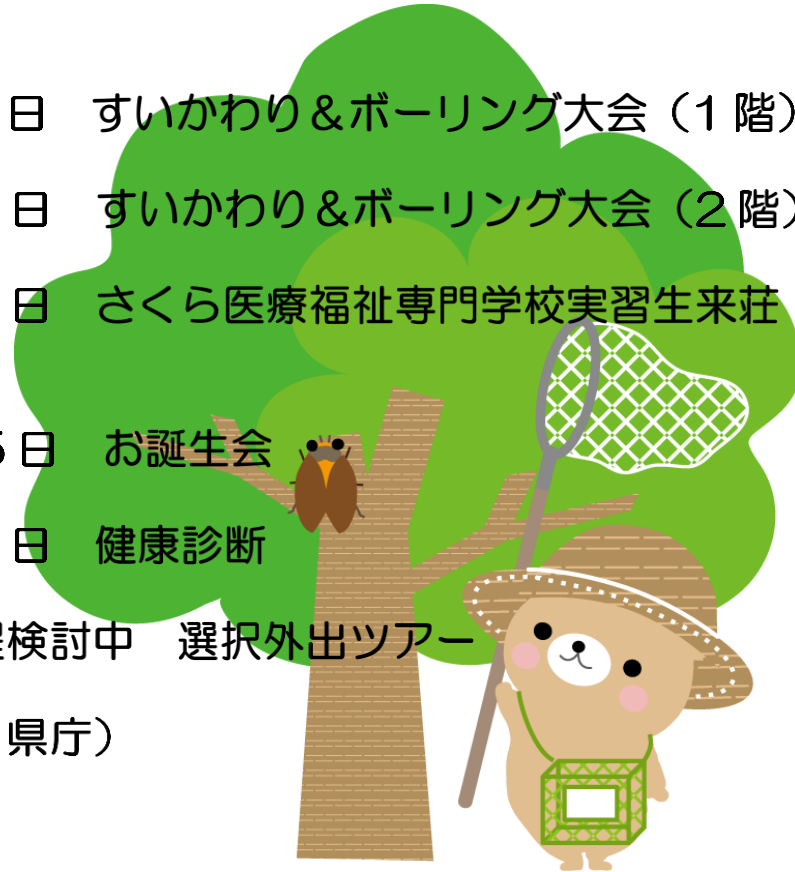
正解は来月号に掲載します☆

先月号の答え

- ① 鸚哥 いんこ
- ② 翻車魚 まんぼう
- ③ 雛罌粟 ひなげし

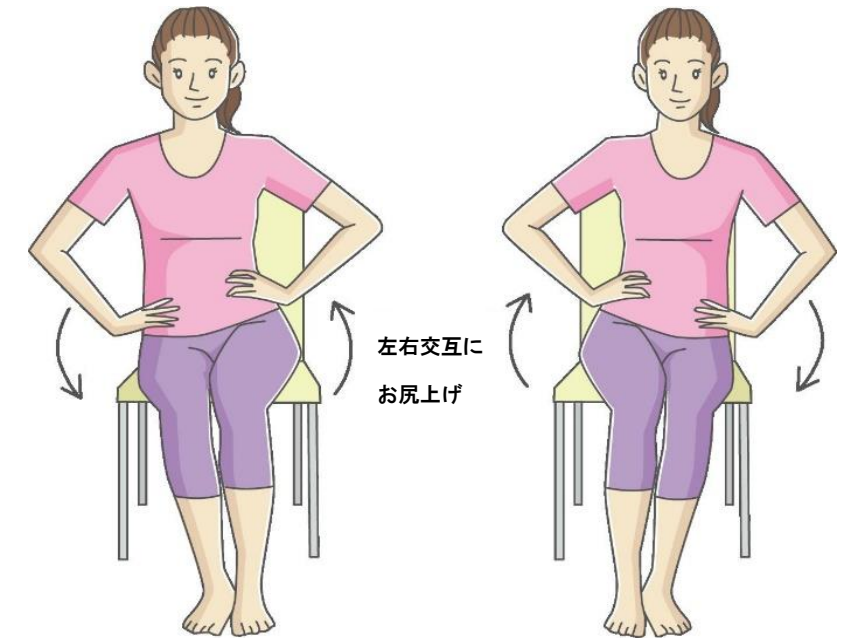
今後の予定

- 7月19日 すいかわり&ボーリング大会 (1階)
 26日 すいかわり&ボーリング大会 (2階)
 22日 さくら医療福祉専門学校実習生来荘
- 8月5日 お誕生会
 26日 健康診断
- 8月日程検討中 選択外出ツアー
 (本屋、県庁)



今月の運動

骨盤傾斜運動



背もたれにもたれず、姿勢よく座り、片側のお尻に体重を移動させ、反対側のお尻を浮かせます。

顔と体幹はできるだけまっすぐ前を向いたまま行います。

骨盤は身体を中心にあり、上半身・下半身のつながり・連動を図ってくれる役割をしています。脚を組む癖や片肘をついて座る習慣があったり、腰やお尻の筋力や硬さに左右差があると骨盤が左右に傾く歪みが生じます。骨盤のゆがみによる上半身の左右のバランスの乱れは、お尻や太ももの筋力や動きにも大きく影響してきます。良姿勢を維持できるよう骨盤の傾きも気にかけてみてください。

日常機能運動部 坂田

訪問歯科(大柿歯科医院大柿裕一歯科医師)と協力連携を更に!

口腔ケアのアドバイス

○粘膜や舌の上に食べかすなどがいないか確認しましょう。

○歯肉が腫れて出血する部分は特に丁寧に磨きましょう。

訪問歯科診療 毎週水・土曜日 午後

お知らせ・お願い

○面会時のお願い

感染対策委員会より、面会時、ご入居者様、ご家族様のマスクの着用をお願い致します。また、飲食もご遠慮ください。食べ物の差し入れの際は職員にお声かけくださいますようお願い致します。

○7月 すいかわり&ボーリング大会について

7月19・26日にすいかわり&ボーリング大会の実施を予定しています。すいかはおやつ時間に提供致します。参加された方には別途参加費300円のご負担をお願い致します。

○8月 外出行事について

8月に選択制外出行事を予定しています。今回は本屋か栃木県庁展望台へのお出かけのどちらかをご検討いただきたく考えております。詳細は同封致しました資料をご参照ください。同意書をご記入の上、期日までに施設までお持ちくださいますようお願い致します。(FAX・郵送等可)

○後期高齢者医療被保険者証・介護保険負担割合証について

令和6年7月31日までが現在のものの有効期限となっております。新しいものが届きましたら、事務所へご持参くださいますようお願い致します。

編集後記

梅雨時期ですが、雨が少なくて暑い日が続いていますね。

今回はフルーツサンド作りを行いました！ちゅーと実習生さんが来ていて、一緒にフルーツサンド作りを行いました。実習生さんはネパール出身ですが日本語も上手で、入居者様との会話も楽しませてくれました。今回は特定技能者のミャンマー出身の職員さんが入職しました！明るく元気な姿をみて、私も初心を忘れず、見習いたいです。ありがとうございました。一昨日、薬を飲んで過剰にしゃべり、閲覧ありがとうございます。ご返信ありがとうございました。