

# やわらぎ

2014年  
7月10日  
発刊

梅雨空の下、蒸し暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしですか。

梅雨が明けて、夏の暑い日差しを避けるために、今年には玄関横に朝顔とミニゴーヤの種を蒔き、緑のカーテンを育てています。



今年の夏も暑くなりそうで、熱中症予防は大切です。入所者様の水分補給には十分気をつけたいと思っております。皆様におかれましても、こまめな水分補給と休養を心掛け、元気にお過ごし下さい。

## お知らせ

現在使用されています『後期高齢者医療被保険者証』の有効期限が平成26年7月31日までとなっております。8月1日付けで更新されたものがご自宅へ送付されてきます。

アスパ入所中に病院を受診する場合に『後期高齢者医療被保険者証』が必要となりますので、新しい保険証が届きましたら、アスパ事務室までお持ち下さい。



## 今月の行事食

7月7日の昼食は七夕の行事食でした。七夕そうめんやお星様ゼリーをお出しし、七夕を感じて頂けたのではないかと思います。

七夕とは「棚機(たなばた)」と言つ古い日本のみそぎ行事で乙女が着物を織つて棚に供え、神様を迎えて秋の豊作を祈つていたそうです。

朝倉地区では月遅れの8月7日に小学1年生のお家で、七夕飾りを施した屋根ほどの高さの笹を立てる風習があります。



## 今月の川柳

稲光り 雨か霰か 夕立か  
大空に 誰が乗ってる 白い雲

梶原 ハル



## 看護師より

夏場の靴の中は蒸れて菌にとつて過ごしやすい環境となり、足が真菌などの皮膚感染をおこしやすくなります。予防のためには清潔に保つことが何よりです。

- ① 靴をこまめに洗う(月に1回以上)
- ② 足の指の間が蒸れないように、ぞうりやリハビリシューズなどの通気性の良い靴を履く

以上のことに注意して頂きたいと思えます。何かご不明な点などありましたら、お気軽に看護師までお声掛け下さい。



## 7月の予定

15日(火) 理美容  
23日(水) 理美容  
28日(月) 月行事

## 8月の予定

4日(月) 理美容