

ボランティア様の活動を休止している為、ボランティア活動のデータを掲載しておりません。
活動を再開しましたら掲載させていただきます。

6月 犬飼順子様（写真展示）橘高繁福様（写真展示）



今月の行事食

土用の丑の日



「うなぎ」

「土用の丑の日に『う』のつくものを食べると夏バテしない」、「縁起が良い」と昔から信じられていたことから、土用の丑の日にうなぎが食べられるようになりました。

うなぎには良質なたんぱく質、目や皮膚の健康を維持するビタミンA、疲労回復効果のあるビタミンB群が豊富に含まれています。含まれてさらに、人の体では作ることのできない栄養素も豊富に含まれており、血液をサラサラにしたり、中性脂肪・コレステロールを下げたり、認知症や物忘れの予防にも効果的です。

7月21日（火）の土用の丑の日の行事食はうなぎです。

楽しみにしててくださいね。

オーシャンビュー倉敷 管理栄養士 森下 綾乃



行事予定



1日	特養くらしき 創立記念日	20日	そうめん流し（OV 倉敷～25日）
6日	七夕会（GH 倉）		そうめん流し（DS 倉敷）
7日	七夕会（特養、DS 倉、亀山、OV 倉、鷺羽）	21日	土用の丑の日（行事食：うなぎ）
14日	そうめん流し（ケアハウス）	22日	誕生日会（鷺羽）そうめん流し（DS 倉敷）
15日	誕生日会（亀山）そうめん流し（ケアハウス）	24日	誕生日会（DS 倉敷）
16日	誕生日会（特養）	27日	そうめん流し（鷺羽～31日）
17日	誕生日会（OV 倉）	29日	誕生日会（ケアハウス）

亀龍会グループ だより



令和2年
7月号 No.75

「日々、感謝せよ」

社会福祉法人 亀龍会
評議員選任・解任委員
中桐 實



「武漢から新型コロナウイルスの感染が拡大しそうだ。」という話が伝わった時は、「またか～」と他人事のように思っていたのが、今や世界中の経済を揺るがしています。外出自粛でストレスが溜まって家庭騒動を起こし、営業自粛で経済が悪化したことで、犯罪にまで及んでいます。

今、私達は痛感しています。半年前までの何気ない日常生活が、如何に幸せだったかと…。そして、一刻も早くあの頃に戻りたいと…。あの頃は軽く聞き流していた「日々、感謝せよ」という言葉が、今こそ深く身に染みんでいます。考え方によれば、新型コロナウイルスは、私達の生き方に警鐘を鳴らしてくれたのかも知れません。

私は、20年前（52歳）に脳出血で倒れ、右半身の自由を奪われ絶望的になりました。しかし、パラリンピックに挑む選手の姿をTVで見て「半身不随なら半身は健常、有難いことだ。」と、現実を受け入れることにしました。お陰様で、座ることすらできなかった身体が、1年で職場復帰することができたのです。

ノーベル賞の山中伸弥教授は言います。「コロナウィルスの絶滅は無理です。上手く付き合っていくことが大切です。」と。「コロナ（敵）と戦う」ということから180度回転した発想が、人の生き方を教えてくれています。

介護従事者の方々に、皆様と共に心より感謝を込めて拍手を送りたいと思います。

日々、本当に有難うございます！！

《プロフィール》



くらしき作陽大学音楽学部 特任教授。「作陽 JWA こども吹奏楽団」の指導・運営と「くらしき作陽大学附属認定こども園」で、音楽指導を行っている。趣味は専ら音楽関係（作曲・編曲等）。他に興味はないのかと、家族に揶揄されている。



父の日



21日は「父の日」ということで家族様からメッセージカードを作成していただき、お父様にお渡しさせていただきました。照れながらも、普段とは違った笑顔が見られ、すごく喜んでおられました♪

今月も皆さん元気に過ごしています！！



ケーキバイキング



どれにしようかな～
どれも美味しそうだな



今月もケーキバイキングを行いました！又、ゲームもしながら楽しい一時を過ごしました♪



6月誕生日者

お誕生日おめでとうございます♪



デイサービス 倉敷



お誕生会



6月のお誕生日会では

- ◆ドキドキワクワクのビンゴゲーム
- ◆梅雨の鬱陶しさを忘れる和菓子バイキング

でお祝いをしました。
モデルチェンジした誕生日会も好評でビンゴの景品を開封するのを楽しみに帰路につかれていました(*^-^*)



特別養護老人ホーム 里桜 進捗状況



令和2年6月29日（月）11：00～ 現地にて鉄骨建方の神事が執り行われました。
亀龍会グループの代表による鎮め物授与などにより工事の安全が祈願されました。

空手エクササイズ・ガンバルーン体操が7月2日から再開します！！

こんにちは！この度、妹の岡本小町がインストラクターとして加わります。今後は二人で力を合わせて盛り上げていきたいと思います。元気な笑顔を楽しみにしています。宜しくお願いします。

岡本小鉄

今まで以上に楽しんでいただけるよう、兄とご利用者様と一緒に楽しみながら取り組んでいきたいと思っています。

宜しくお願いします。

岡本小町



新型コロナウイルスについて

緊急事態宣言が解除となり1か月が過ぎました。私たちの生活も解除前と変わってきていますが東京では新しい感染者が解除前より増加している状況です。また連日のいろいろなコロナ報道が錯綜している中で、長期戦になる事だけがはっきりしていることだと感じます。

亀龍会グループでも、面会や外部からの活動再開のため動き出しました。慎重に進めていくこと、何か起きれば躊躇せず制限する体制で行います。

今後新型コロナウイルスを受け入れ、生活をしていくことが必要です。新しい生活様式を定着させ第二波に備えましょう。

日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに **手洗い・手指消毒** □咳エチケットの徹底
- こまめに 換気 エアコン併用 で室温を 28 以下に □ 身体的距離の 確保
- 「**3密**」の回避 **密集、密接、密閉**



- 一人ひとりの健康 状態に 応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温 測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状 がある場合はムリせず自宅で療養