

高松工ステート株式会社

エニシエ通信

発行年月日
2021年
葉月号



夏の風物詩〜祭り〜

夏といえば皆様何を思い浮かめますか？海プール・ひまわりスイカ：まだまだありますが、夏といえばやっぱりお祭り！関西の有名なお祭りといえば祇園祭ですね

祇園祭は日本三大祭りのひとつに数えられ、千年以上の歴史があります。怨霊を鎮め、疫病の終息を願う御霊会が始まりと言われています。

今年も山鉾巡行は中止となりましたが、神事と山鉾立ては行われました。人々の手で着々と組み上げられていく山鉾は、大きく荘厳で圧倒されます。「動く美術品」とも称される豪華な織物が飾られています。祇園囃子の音も聞こえてきて、これぞ京都の夏という雰囲気ですね

来年はコロナも治まり、各地でいつも通りの楽しいお祭りができることを願います。

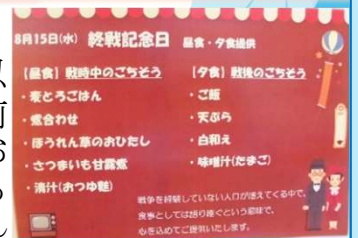
さて、お祭りに行くことはなかなか難しいですが、今年度は東京オリンピックが開催されました。スポーツの祭典を家に居ながらにして楽しめるなんて最高ですね。食堂でのみなさんの話題はオリンピック一色でした。いろんな問題があったけど、開会式とても良かった。「私はスポーツが得意じゃないから全部見るつもり」「やっぱり金メダルは嬉しいね」などそれぞれに楽しんでおられました。

季節のお花

太陽に向かって咲くひまわりは、漢字で「向日葵」英語では「サンフラワー」と呼ばれています。大輪の黄色の花は見ていっただけで元気がもらえますね。意外にも、たくさんの品種があり、「モネのひまわり」「ピンセンよ」「ゴッホのひまわり」などの画家シリーズが人気だそう。どんな花を咲かせるのか見てみたくありませんか？



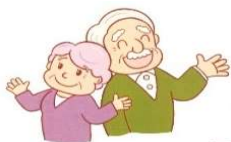
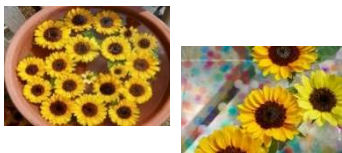
終戦記念日



8月15日は、特別食をご用意しました。戦争の記憶は辛く悲しいものですが、語り継いでいく必要があります。以前おられた入居者様に原爆投下直後の広島市内に入って悲惨な状況を目の当たりにしたというお話を聞いたことがありました。貴重な体験談でした。機会があれば、他の方からもお話を伺うことができましたらと思います。

8月のお誕生日

- Y28 日 様
- T25 中 様
- S25 日 様



今月も3名様です。お誕生日おめでとうございます！

高松エステート株式会社

エニシエ通信

発行年月日
2021年
葉月号



◆ 今月の飾り ◆

8月はたくさん飾りがあるのでにぎやかにしました。玄関ではひまわりと朝顔の壁面飾りがお出迎え。今年は折り紙で作った金魚を水色の扇子の上に乗せることで、涼しげな演出を試してみました。他には折り紙で作った美味しそうなスイカとその横に造花のひまわり。造花でもなかなか素敵ですね。廊下には海の写真と、それに合わせてスイカスを飾ったところ、「まるでハワイみたいね」と喜んでいただきました。食堂はお祭りをテーマに花火を見ている情景をイメージしています。コロナ禍で思うように外出が出来ないので、せめてお祭り気分を味わっていたきたいと思ひ飾りつけました。いつも綺麗にしてくれてありがとよ。一季節を感じられて嬉しい、楽しみとおしやっていただけるので励みになります。9月もお楽しみに！

夏ハテ対策をしよう！

連日猛暑が続いていますね。食欲が出ない、何となくだるいという症状が出ている方もいるのではないのでしょうか？夏ハテは免疫力低下にともなわれます。新型コロナウイルスの感染症対策のためにも夏ハテ対策をしていきましょう！

・ 温かいものを食べる



暑いからと冷たいものばかりでは胃腸が冷えてしまいます。温かいものを積極的に取りましょう。特に味噌汁は塩分もとれるのでおすすめです。シジミ入りなら肝機能を高めるタウリンが豊富。弱った内臓を元気にしてくれますよ。

・ 旬の夏野菜やビタミンB1が含まれる食材を食べる

ビタミンB1は豚肉、レバー、うなぎ、などに多く含まれます。夏野菜にはビタミンやミネラルが豊富に含まれています。トマト、ゴーヤ、きゅうり、ピーマン、オクラ、トウモロコシなど。

・ 自律神経を整える



自律神経の切りかえがうまくいかなくなると、体のバランスがくずれて体調不良になってしまいます。湯船にしっかり浸かる、睡眠をしっかりとる、規則正しい生活を送る事を心がけましょう。

消防訓練

7月27日に消防訓練を行いました！実際の火事を想定した通報訓練や消火器の使用方をしっかり学びました。



✂ 今月の散髪 ✂

8月30日は訪問理美容の日です。短く切て気分転換されてはいかがですか？

熱中症警戒アラート

今年から熱中症警戒アラートが発令されるようになります。活用していきたいと思ひます。嚴重警戒以上になったら「熱中症警戒アラート発令中」と注意喚起します。買い物サービスは同行ではなく代行に変更します。皆様お買い物に行くのを楽しみにされていますが、命を守るためにご協力お願いします。

熱中症警戒アラート 発令中！！