

～加悦谷まつり～

皆様、こんにちは。多能工の牛田です。

桜の咲く時期もあっという間に終わってしまい、5月の新緑の季節になってきましたね。4月は加悦谷の皆様は加悦谷まつりで賑わったのではないのでしょうか。



私の住んでいます下山田地区では、太刀振りをしておりまして、4月の初旬から三週間は土・日以外は、小学校の1年生から青年までが毎晩、太刀振りの練習を行い、祭りの本番を迎えます。今年は私が青年部の会計をしていたので、なんだか違う意味で祭りが大変でした(汗)



来年のまつりでは、お役ごめんで、お酒などをいただきながらワイワイと楽しいまつりに参加させてもらいたいなと思っています(笑)

(多能工 牛田 昭治)

～はじめまして！寺田です～

はじめまして！

リハ・すぎけん管理者の寺田です。

4月に入っても寒暖の差があり体調を崩しやすい日が続いていましたが、ようやく暖かくなり過ごしやすくなりました。



暖かくなった影響で今年はスギ・ヒノキ花粉が例年の3倍～4倍だそう、黄砂やpm2.5なども飛散し、私の鼻はどうも壊れてしまいました。もともと軽度の花粉症でしたが、今回はマスクの中でも止まらない大量の鼻水、目のかゆみ、くしゃみなどで完全に鼻が詰まってしまう鼻呼吸できず、就寝中も口呼吸で起床すれば喉までカラカラに乾燥して辛い日が3日間続き…病院で両腕に注射し服薬してようやく治まりました。

鼻が詰まると体に入る酸素量も少なくなり頭がぼーっとして集中力が薄れていました。皆様の鼻は大丈夫だったでしょうか？

アレルギーが完治する新薬が早く開発されることを強く願う春となりました！私事ですがアレルギーに効くおすすめ情報などありましたらぜひ教えてください。

(リハ・すぎけん 寺田 知代)

☆バリアフリー-2018 バスツアー-行ってきました!!



それはとてもよく晴れた4月21日。

今年で7回目のバリアフリー展へのバスツアー。ありがたいことに今まで一番多くの方に参加していただけた回になりました。(^^)!

乗車してからの自己紹介タイムは、スタッフも参加してくださった方も少し緊張気味でしたが、時間とお話の花盛り花盛り…。あっという間の楽しい移動時間となりました。

会場は1号館から5号館まで各ゾーンに分かれており、最新福祉用具の紹介や各種体験ゾーン、セミナーなどが開催されていたので、おのおの興味のあるブースへと足早に向かって行かれました。

会場内では自由行動。きっと皆さん有意義な時間をお過ごしいただけたことと思っております。今回残念ながら見送りされた方も、次回はぜひご参加ください。お待ちしております！

これほらたい何?

かわいいっ

座面付きの手すり

浴室内で使う手すり

車いすを自動でルーフに収納できる車

盲導犬 介助犬 けなげにお仕事中心

一番お散歩もいこうね

今後、随時ご紹介させていただきます。

杉さんのひとり言

いつもお世話になりにましてありがとうございます。

五月になり、風薫るさわやかな季節となりました。山々は新緑が初夏の日差しを浴び、まばゆいばかりになってきました。田んぼの方もあちこち田植えが始まり、いよいよ生命の息吹を感じる季節となりました。

皆さんも、自然の生命の息吹のごとくお元気でしょうか？



さて、大宮町三坂で新たに開業させていただきました、リハビリ特化型デイサービス

「リハ・すぎけん」もおかげ様で1ヶ月経過致しました。ご利用者の「体・頭・心」の機能の維持と改善を目指し、スタッフ一同がんばっています。いろんな状態のご利用者様がおりますがみんなで一同にするリハビリと、個々の方々に合わせた個別機能訓練や手作業的なこともさせていただいています。

まだ一カ月くらいですが、やはり定期的に継続することにより、ほとんどの方が目に見えて改善していけるようです。

今まで家におられて、外へあまり出かけられなかった方でも、表情

が明るくなり、笑顔になられ、気持ちが積極的になられるようです。

気持ちが積極的になられると、今までできなかったことができたりします。

私たちの思いはそうして少しでも改善され、家庭での生活ができるだけ自立されることを願っています。そのようになれることが私たちもうれしいですし、やりがい、働きがいになり、逆に利用者様から元気ももらっています。そして、これからも利用者様が元気になれるのを張り合いにがんばっていきたくと思っています。

今後どうぞよろしくお願ひします。

今月もありがとうございます。

(談 杉本 孝史)



編集後記

暖かい日が多くなり、お出かけにもいい季節になってきましたね。

みなさん、元気にお過ごしでしょうか？



我が家では、4月から娘が高校生になり、毎日のお弁当作りがスタートしました。今までも自分たちのお弁当は作ってたんですが、子供のお弁当となると、彩りや内容など、気を遣う部分もあり… ♪ あらためて給食のありがたみを感じています(笑)

お弁当生活の先はまだまだ長いので、少しでも楽しめるようにと、違うタイプのお弁当箱をいくつか用意して、使い分けています。お弁当箱によって盛り付けや出来上がりも変わってくるので、お弁当作りがちょっとだけ楽しくなります(*・*)

(談 上田 裕子)

ポチ
住マイル
5月

No.144 H30.5.1 発行

発信元: 株式会社 杉建
住所: 与謝野町字石川 537-3
TEL: 0772-42-6955
FAX: 0772-42-0501
メールアドレス: sugiken@triton.ocn.ne.jp
ホームページ: <http://www.sugiken.jp/>

～現在進行中の現場を紹介します～

おかげさまで、今現在、色々なお宅の工事をお世話になっていますが、どのように工事をしているのか、少しでも紹介したいと思っています。

与謝野町 S様邸改修工事



S様邸は、柱と屋根を残した大規模な改修工事です。

写真(3段目)は高気密・高断熱材『アイシネン』の吹付中の様子です。現場で吹付けるので隙間なく吹付けることができ、優れた断熱効果を発揮します。

『アイシネン』と『蓄熱暖房機』をセットで使っていただくことで、丹後の長く寒い冬も、春のような暖かさで過ごしていただけます。

住まいのお手入れポイント

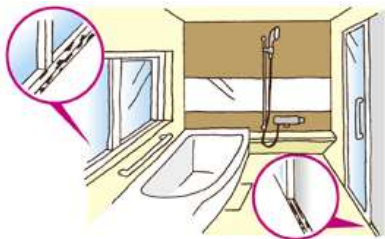
今の時期は晴天の日が多く、湿度も低いので掃除がしやすい季節です。
この時期におすすめな住まいのお手入れポイントをご紹介します。



～畳の掃除やお風呂のカビ取りは湿度が高くなる前に～

畳が汚れたままでそこに高い湿度が加わるとカビの発生原因になります。

畳の目に沿って丁寧に掃除機をかけ、縁についた汚れには薄めた洗剤を付けてブラシで軽くこすり、蒸しタオルで軽く叩いて落します。



浴槽周辺の黒カビは、お酢や重曹などの身近な材料でかなりきれいにすることができます。お酢を4～5倍に水で薄めた液を用意し、カビの生えたところに霧状にスプレーして、古い歯ブラシなどでこすります。

それでも落ちが悪ければ、重曹をかけ、しばらくおいてからブラシでこすります。

～夏に活躍する緑のカーテン！準備はこれから～

真夏の日よけとして活躍する緑のカーテン。暑い日差しが室内に入ったり、窓ガラスや壁を熱してしまうことのないように陽を遮るだけではありません。植物の葉には「蒸散(じょうさん)」と呼ばれる葉の表面から水分を蒸発させる働きがあり、このときにまわりの熱を奪う効果があるのです。そのため葉の周囲は気温より2、3℃涼しくなります。もちろん実のなるものを植えれば収穫も楽しめます。



～壁紙を替えてインテリアをイメージチェンジ～



壁は床に比べて数倍の面積があります。したがってリフォーム効果も大きく、部屋の印象が大きく変わります。壁紙にはビニール製、紙製、織物製など種類が多く、大胆な柄や色の鮮やかなものもあります。壁全体を同じ仕上げにするのではなく一面だけ違うものにしてアクセントにするという楽しみ方もあります。

リハ・すぎけんコーナー



こんにちは！リハすぎけんです！

4月2日(月)にオープンを迎え少人数からですがスタートいたしました。

初日は職員も利用者様もはじめましてで、皆さんバイタルチェック時の表情は少々緊張気味のご様子でした。体操が始まり身体も心も少しずつ緊張がほぐれてきて退所時には「また来るわ！」と言われ、次回から笑顔で来所していただいています。

ご利用者様には色々な想い・目標を持ってリハすぎけんをご利用いただいています。

「散歩がしたい！」「杖歩行がしたい！」「階段を上りたい！」「いつまでも元気でいたい！」「今、出来ないことが出来るようになりたい！！」と、熱心にトレーニングに励んで下さっています。

リハ・すぎけんで大きな声で話したり笑ったり、コミュニケーションも心のリハビリとして捉えています。オセロやストローで魚釣り、話の流れで飛行機飛ばしが始まったりしてリハ・すぎけんには毎日笑顔と大きな笑い声が響いています！

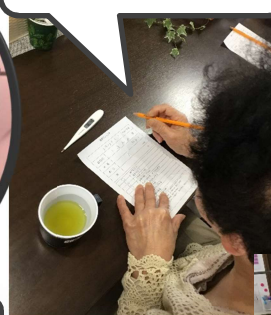
ご利用中の利用者様の様子です。



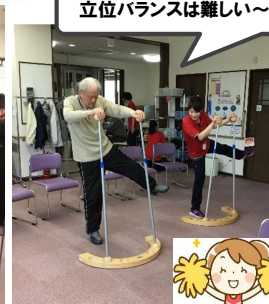
おはようございます！

職員がデザインしたロゴです♡
この車がお迎えに来ます！

バイタルチェック後に、ご自分で数値を記入していただきます。



オセロで脳トレ中！



立位バランスは難しい～！



最後はすぎけんカフェで
カフェタイム♡
今日も楽しかった～！

オープンして3週間目、連絡帳にご家族様から嬉しいコメントが書かれていました。

「病院で歩いているとき、この間から杖が浮いているんです！リハビリの効果が出てきました。ありがとうございます！」自宅では杖歩行のこの方、実は利用中は杖をほとんど使っておられないんです！利用者様に効果が見られると、ご自身も職員も一緒になって喜んでいきます！