

# 宮路だより

暦の上では立秋を迎え暑さもようやく峠をこしたよう  
です。しかしまだまだ油断せずに涼しい場所で過ごし  
水分補給をこまめにして熱中症や脱水症状に気を  
付けましょう。



## 熱中症に注意!

〈定時の水分補給を習慣する〉

各200ccの水分(大きなコップ1杯)  
を飲みましょう!!



夜のトイレを嫌がり水分を取らない人もいますが  
夜中に2,3回トイレに行くのは普通です

あまり気にせず水分補給をしっかりとください!

⚠️ 適度な塩分・糖分も一緒に摂取しましょう!

# 施設内にはこんなマシンがあります!

## レッグエクステンションマシン



膝関節の可動域を  
広げる事を目的に  
太ももを強化します

歩くことや階段の  
昇り降りをスムーズ  
にさせる効果が!



## 宮路各やまの湯にお客様がいらっしゃいました

当施設を利用されております  
中川 正昭・惠美子ご夫妻の娘さん  
中川 フェルバルク美智子 さんです

7月19日(木)「一日施設見学」  
にいらっしゃいました



折り紙も教えていただきました

現在ドイツ在住の美智子さんは「ドゥッセルドルフ」に住んでおられ、現地の産婦人科ドクターとして活躍されていて、今回久しぶりの帰省の際にご両親と共に来所頂きました。

ドイツを含むヨーロッパは福祉の先進国といわれますが、ドイツには多くの日本人が移住されており、日本人の高齢化が大きな問題となっているそうです。美智子さんはドクターとしてまた日本人として「現地で自分にできる事はないのか?」と悩んでおられ、自分の両親の利用している日本の通所施設を見たいと「一日施設見学」に来られました。

ドイツ語講座で **グーテンターク** (こんにちは) **ダンクシェーン** (ありがとう) を  
教えていただきました。またドイツのお話も聞けました。美智子さんも施設に  
いると楽しくあ、という間だったと言いつたとき、素晴らしい時間を過ごさせて  
いただきました! ありがとうございます!!

# 7月の行事紹介コーナー

〈七夕かざりの前にて〉



本物の竹丁にかざりました  
皆さんの原真いか  
叶いますように☆



かざりも皆さんで作りました☆



折り紙も手を動かすよい訓練です!



〈マジックショーにて〉



日本レクリエーション協会インストラクター  
富山社会人大楽塾顧問  
社会福祉法人のぞみ保育園理事長  
全国童話人協会会員  
富山市ボランティア連絡協議会相談役

中井浩哉



とても楽しいショーでした!!



利用者さんがアシスタントになられました

〈今月のある日の昼食〉



- この日の南犬立
- ・うな重(?)
  - ・はんぺん焼
  - ・牛肉の妙め物
  - ・煮物
  - ・肉じゃが
  - ・漬物
  - ・みかん
  - ・みそ汁

7月27日(金)は土用の丑の日  
国産うなぎを贅沢にも  
ごはんとのせちゃいました!!  
これで夏バテ知らず☆

# 職員紹介コーナー

今日は  
看護師 兼  
機能訓練指導員  
の大野です



はじめまして…看護師・機能訓練指導員をしています、大野幸江です。  
私は、今年の3月から勤務していますが早いもので5ヶ月が過ぎました。毎日、皆様の体調管理に注意しながら日々過ごしております。皆様と日々楽しく過ごす中で、少しでも喜び・満足・感動・活力が提供できるようこれからも、優しさ・思いやりの心を忘れずに日々頑張りたいと思います。

私は、自分で言うのもなんですがとっても愛犬家です。我が家には、室内に柴犬7歳オスとヨークシャテリア4歳オスがいます。この2匹が私の「癒しの源」なんです。そして、ドライブも大好きです。子供2人連れて3人で北海道の最北端の宗谷岬や、南は鹿児島島の指宿まで車でドライブしたこともあるんですよ！！また、皆様と何処かお出かけしたいですね…

来月のスタッフ紹介は、相談員・介護員の竹内陽子さんです。

介護相談無料!施設見学無料!体験随時受付中!

(特定非営利活動法人公清会)

## デイサービス宮路やまの湯

〒930-1367 立山町宮路34-1

(ヨウミヤギ)

TEL 076-483-4384

FAX 076-483-4385 担当 竹内

お気軽にお問い合わせください  
お待ちしております!!

