



# しんごうの園だより

社会福祉法人 神郷の園  
〒719-3611  
岡山県新見市神郷下神代 1957 番地  
Tel (0867) 92-6311 Fax (0867) 92-6008  
E-mail : shingonosono1985@ybb.ne.jp

## ペットボトル症候群

施設長 上山 晋

残暑お見舞い申し上げます。今年も厳しい暑さが続きました。暑い夏を乗り切るため熱中症の予防についてインターネットで調べてみましたら、ペットボトル飲料の飲みすぎは「ペットボトル症候群」になる危険性があると書いてありました。ペットボトル飲料の多くは糖分をかなり含んでいます。

ペットボトル症候群とは、正式には「清涼飲料水ケトosis」と言い、糖分を多く含む甘い飲料水を大量に飲み続けていると血糖値が上がり、体内で悪循環が起こり、ひどい場合には喉の渇き、多尿、倦怠感、吐き気などの症状が現れるというものです。水分を摂るにはペットボトル飲料でもカフェインや糖分を含まない物が良いようです。

7、8月は男女とも施設内で感染症が発生し、ご心配をおかけして申し訳ありませんでした。予定しておりました納涼祭や帰省などの計画が変更になりましたが、9月は面会と帰省を考えていますので、よろしくお祈りします。まだまだ暑い日が続いておりますので、ご家族の皆様には、くれぐれもご自愛ください。

## お出かけ支援①(男子)

8月16日(金)利用者さんと新見市内へドライブに出かけました。

まずは絹掛けの滝へ行きましたが、お盆期間中のため観光客がとて多かったです。車の中から勢いよく流れ落ちる滝を眺めました。

その後は石蟹の防災公園へ行ききました。芝生の緑がとてきれいで、利用者さんもリフレッシュできたのではないかと思います。



## 沖縄料理を食べました

給食では、毎月1回、世界や日本各地の郷土料理を提供しています。

8月28日(水)は沖縄県の料理で、メニューは、タコライス、ゴーヤチャンプル、もずくスープ、パイナップルでした。どの料理も美味しく、食事で旅行した気分を味わえ、とても好評でした。



## 総合検診

8月27日(火)岡山労働衛生センターより、医師や看護師に来園していたいただき、利用者さんと40歳以下の職員の総合検診を行いました。毎年施設まで来ていただけるので、スムーズに検診を行うことが出来てとてもありがたいと思っています。

検査内容は、身長・体重測定に加え、視力・聴力検査、血液検査、胸部X線検査などを行いました。



日頃から、毎朝の健康チェックや検温、排便や食事の様子等で体調に異変が見られた際には受診をしています。年に一度の健康診断で、病気の早期発見・早期治療につなげていきたいと思っています。

今回の健康診断結果をもとに、今後の健康管理を行い、利用者の皆さんが毎日を笑顔で元気に過ごしていただけるよう努めていきたいと思っています。



## 自治活動 (カラオケ)

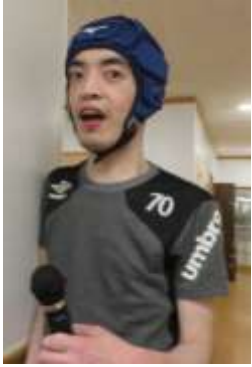
8月24日(土)自治活動として、各寮でカラオケを行いました。午前中は男子、午後からは女子が行いました。

曲目は、「ギンギラギンにさりげなく」や「上を向いて歩こう」、「あなたに逢いたくて」などの昭和歌謡から、「アンパンマンマーチ」などのアニメソングまで、幅広く披露されています。

手振りを付けたりと、体を揺らしたりと、皆さん嬉しそうにカラオケをされていました。

聴いている利用者さんも、一緒に口ずさんだり、手拍子をしたりと、楽しんで参加されました。

カラオケで楽しく親睦が出来て、とても良い時間となりました。



## 家族会より

家族会より、お盆の贈り物としてプリンをいただき、8月15日(木)の10時のおやつでいただきました。

暑い時期に冷たいプリンを食べて、利用者の皆さんはとても嬉しそうでした。皆さん笑顔で、楽しいおやつ時間となりました。

家族会の皆様、大変ありがとうございます。ございました。



## 花壇の花が綺麗です

現在、神郷の園の門を入り、坂道を少し下った所の花壇に、マリーゴールドとミニヒマワリが咲き乱れています。花壇は、ケアホームの利用者さんと職員が管理をして、

開花を今か今かと待ちわびていました。

夏らしい明るい色合いに元気をもらっています。



## 下神代長寿会タオル寄贈

8月2日(金)下神代長寿会の方々から、たくさんのタオルを寄贈してくださいました。利用者を代表して、林直哉さんと榎孝司さんが受け取りました。

ご支援に感謝し、利用者の皆さんがより良い生活を送れるように、支援現場など様々な場面で大切に使用させていただきます。



## 9月 お知らせ

### 今月の予定

- 11日(水) 納涼祭代替行事
- 13日(金) 敬老会
- 20日(金) お出かけ支援 (男子)
- 21日(土) 自治活動
- 24日(火) お出かけ支援 (女子)
- 25日(水) 誕生会

田中 敬二さん・瀧岡 新二さん・横内多美子さん  
仲田 律子さん・野々上豊子さん・太村 清美さん

■ 9月11日の納涼祭代替行事は、感染症の流行のため、利用者さんと職員のみで行います。

■ 9月16日は敬老の日。園でも敬老会でご長寿をお祝いします。利用者さんやご家族の皆さんのご健康とご多幸をお祈りいたします。

