

2017年7月号

Vol. 46

月刊



日々ぼちぼちと



発行：(株)かむら堂 小規模多機能ホームぼちぼち 岡山県小田郡矢掛町小林27番地 TEL：0866-82-2277
http://kamurado.com E-mail：info@kamurado.com

このニュースレターは、小規模多機能ホームぼちぼち、何でも屋・福祉タクシーせなかぎとご縁のある方に贈ります。

ぼちぼちでの様子&活動



6月は誕生日・さて、6月のイベントの方が2名おらとして、アジサイれました。おを見、アジサイゼリー一方は鴨方町を作りました。予定しの"えん"へ、ていた日は残念ながら



もうお一方は里庄町の丸亀製麺へランチに行ってきました。ぼちぼちでは誕生日に1人ひとりのリクエストをお聞かせいただき、食べたい物であったり行きたい場所へ行ったりと、出来るだけご希望に添えるよう、担当のスタッフが一生懸命考えております。利用されている方の嬉しそうな顔、美味しそうな顔を見ると私達も自然と笑顔になります♪

らあじさいの咲くタイミングと合わず、ほとんどがつぼみという状況でしたが....。皆さん、手作りのアジサイゼリーを見事に花咲かせて下さり、こりゃあおいしいわ。きれいななあ。とおやつに食べられています。ちなみにゼリーの色は、薄紫色です。(ˆoˆ)☆



7月に向けての準備も着々と！「七夕様がくるなあ」とのお声もあり、笹飾りを作ったり、短冊に願い事を書いて下さったり♪♪「何を願い事に書くんですか？」と問うと「もうこの年になりゃ元気でないと何もできんからなあ(笑)健康第一じゃ!!」と活気あふれる声で答えて下さっています!!



ぼちぼちでの七夕イベントは7月5日、6日を予定しています。ぼちぼちの玄関にも笹を飾る予定ですので、お暇があれば皆様是非、覗きにきて下さい。



梅雨ですね....。ジメジメとした湿気にやはり身体は息さを感じてしまいます。上の子が今年小学1年生になりましたが、傘を差して手荷物一杯の姿を見ると、大人より大変だよなあ...。と思っており、自分の子供の頃を思い出してみました。母曰く、「あんたはなあ、雨が降ると手荷物を玄関に置いて行きよーた!」と(笑)何度も繰り返すので「今日は持って行き!」「今日こそは!!」と口うるさく言っていたようだが、やはり玄関には手荷物が鎮座していたような。母はガックリとしながら小学校に届ける...。母よ...。ごめんなさい。そんな私のいいわけはというと「傘を差したら両手がふさがるがっっ!!(怒)」幼い私よ...。それは当たり前だ!そんな私は今でも手荷物が大嫌いです(笑)(林田恵美)



認知症・認知症予防のお役立ち情報

－認知症と糖尿病の関連性－

糖尿病の人、もしくは高血糖気味の人には認知症になりやすいといわれています。日本では糖尿病予備軍は約700万人おり、認知症になるリスクを背負った人がたくさんいることとなります。

●糖尿病だと脳血管型認知症になりやすい?!

糖尿病の人は認知症の一つである「脳血管型認知症」になるリスクが、糖尿病ではない人と比べて2倍以上もあることが分かっています。そのメカニズムをご説明します。脳血管型認知症は脳の神経細胞に障害が起きることによって起こります。糖尿病により、血糖値が高い状態にある人の血液はドロドロと粘性が高く、脳内の血管が詰まりやすい状態です。脳内の血流が滞ることにより、神経細胞にも十分な血液が行き届かなくなります。その結果、神経細胞が正常に働くことができなくなり、認知症の症状が現れます。

(認知症ねっとより・次号に続く)

お知らせ・予定

★ボランティア募集

畑作業(花や野菜植え、土の手入れ等)をしてくださる方

7月 5日(日) 10:00～ 出前講座(西川面いきいきサロン)

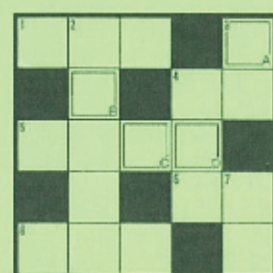
7月 8日(土) 13:30～ 出前講座(ニコニコ茶臼山)

7月13日(木) 9:00～15:00 カフェのお手伝い(川面公民館)

7月28日(金) 10:30～ 運営推進会議

クロスワードパズル

認知症予防にもなるクロスワードパズルに答えて、粗品をゲットしよう！
正解者の方、先着10名様にささやかではありますが粗品をプレゼントします。
どしどし、ご応募下さい。(事業所までお越し下さい)



☆☆たてのカギ☆☆

たて2：それまでついていた職を失うこと。働く意思を持ちながら職につけないこと。

たて3：物をしばるときに使う、細いつな。

たて4：自分より地位・階級・年齢などが上であること。

たて7：粗い、大雑把な様子を表す、英語の形容詞。〇〇な格好。

☆☆よこのカギ☆☆

よこ1：物の正面・前面とは反対の方。

よこ4：大切なことを忘れないように書き留めておくこと。または、それを書き付けたもの。

よこ5：すぐれた事業や実績。

よこ6：魚などが水中生活するための動物の呼吸器。

よこ8：利益を得る目的で資金を事業・証券などに投下すること。

答え:



編集後記

先日息子(長男)から電話があり、父の日でうなぎ送ったから食べてと。自分で言うのもなんだが、なかなか親孝行ではないか。自分が若い頃は親に何にもしてこなかっただけに....。うれしいものである。しかし、もう一人の息子(次男)は音沙汰無し。まあ自分も何もしてなかったんだから当たり前かと思いつつも、兄弟でこうも違うものなのかと感じた出来事であった。(村上)