

花水木

令和7年5月号

高志の郷デイサービスセンター

<http://www.fukuhoukai.jp/>



5月に入り、デイサービスセンターの窓から見えるベニカナメの紅い新芽がより美しく、街路樹の木々の緑も色濃くなってきました。元来5月は春らしい過ごしやすい気候が特徴のはずでしたが、最近の気候変動の影響で日本の四季が変化し、とりわけ春と秋が短くなると言われています。

気象庁の発表では今年も全国的に5月の平均気温は平年より高くなり、25度以上の夏日が続出し、30度以上の真夏日となる日も予想されています。熱中症や脱水症などのリスクも高まりますので、こまめな水分補給はもちろん、身に着ける衣服や温度・湿度などの室内環境にも気をつけながら、この春を元気に過ごしましょう。

5月行事予定

- ・カレンダー制作
- ・壁画制作
- ・高志の郷
春の運動会

※ 予定は変更になる場合があります。



～5月 誕生日のご利用者様～

川西 勇 様
上田 勝 様
坂谷 五月 様

おめでとうございます



避難訓練を実施しました



4月24日、サービス付き高齢者住宅の一室より火災が発生した想定下での避難訓練を行いました。

屋外の駐車場まで、皆様あわず落ち着いて避難されました。



春は特に注意！！「かくれ脱水」

脱水症になりかけているのに、本人や周囲が気づかないため有効な対策がとられていない状態を『かくれ脱水』と呼びます。かくれ脱水は気温の変動が激しい春に多いといわれています。本格的な脱水症になる前に有効な対策をとり、予防していきましょう。

【かくれ脱水予防のポイント】

- ①**体調の変化に気付く**...疲れやすい・眠い・喉が渇きやすいなど、どんな些細な体調変化も「かくれ脱水」の兆候だと思って注意しましょう。
- ②**規則正しい生活を送る**...1日3回規則正しく食事を摂り、6時間以上睡眠をとるようにしましょう。
- ③**こまめに水分補給をする**...水分補給の目安はコップ1杯程度の水を1日8回**『のどが渇く前』**に行うように心がけましょう。

季節の行事

4月は『春祭り』が開催

されました。今が旬！のホタルイカを釣り上げるゲームでは2人1組のチーム戦で盛り上がりました。ペットボトルの釣り竿を紙コップに入れた後の“引き上げる力加減”がなかなか難しかったようです。

慎重に...
慎重に...



大漁



大漁

ホタルイカ
釣れたよ♪

制作活動

5月は端午の節句ということで『鎧兜』の

カレンダー制作と鯉の滝登りをイメージした吊るし飾りの制作を行いました。立体的な鎧兜の迫力あるカレンダーが出来ました。



大きな鯉！

立体的で
難しいなあ...



カッコよく
仕上がりました！



鯉のぼり