



なごみ つうしん

2019年
No.75

色とりどりの七夕飾り

7月7日は「七夕」の日ということで、なごみでも笹に短冊や七夕飾りを飾りました。

七夕といえば天の川を挟んだ両側にそれぞれ こと座のベガ（織姫）、わし座のアルタイル（彦星）と呼ばれる星があり、7月7日ごろそれぞれの星の輝きが最も強くなり、お互いを求め合っているように見えることから、織姫と彦星の伝説が作られたと言われています。

笹には入所者様の直筆の願い事が書かれた短冊と、職員お手製の七夕飾りできれいに彩られ、見た目もすごく涼しげでしたよ。ご家族様も、七夕にはどんなお願い事をされたのでしょうか？皆さんの願い事が叶いますように・・・。



コラムランダム ～ 看護部 ～

☆梅雨も明け、夏本番！

皆さん、水分補給の大切さをご存知でしょうか？私達の身体の60%は水分です。水は身体の中で血液や体液となって全身に栄養分を運んだり、体内の有害な成分を汗や尿に変えて排出する働きを持っています。ところが加齢と共に水分を蓄えるための筋肉が減少したり、水分調節において重要な腎臓の機能低下が起こると共に、身体の感覚が鈍くなることで、ノドの渇きも感じにくくなってしまいます。そのことから、この時期高齢者の方は非常に熱中症（脱水症状）になりやすいので、当施設では特に注意をしています。

皆さんも熱中症にならない為に、こまめに水分を摂るように心がけましょう。当施設の受付に、よく冷えたお茶をご用意しておりますのでご面会の際にはぜひ一息ついてください。

〔看護主任 小林 隆子〕

8月27日はジェラートの日

1953年のこの日、映画「ローマの休日」がアメリカで公開されたことにちなんで制定されました。劇中でオードリー・ヘップバーンが演じる女王がイタリア・ローマのスペイン階段でジェラートを食べる印象的なシーンが話題となり、世界中にジェラートが広まるきっかけとなったそうです。あのジメジメとした梅雨が明けたかと思うと、8月に突入し30℃を超える真夏日が毎日のように続いていますね。ご家族様も面会に来られる前にでも、冷たいジェラートを食べておいしく暑さ対策をしてみたいはいかがでしょうか？

介護老人保健施設
パークサイド
なごみ

医療法人河和会

大阪市東住吉区公園南矢田3-19-12
tel 06-6606-2211
http://psnagomi.com