



2021年

No.97

なごみ つつしん

＊ 白組・赤組 対抗！ なごみ体育祭 ＊



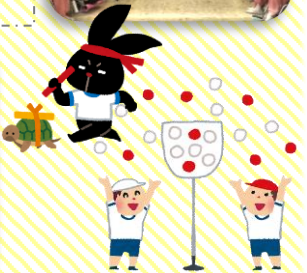
6月9日（水）は施設内にて『体育祭』を開催しました。感染対策の観点から密を避けるため、今回もそれぞれ各フロアで実施することに。競技の内容はフロアごとに入所者様の人数などを考慮し、ボール送り、玉入れ競争、職員による二人三脚など、入所者様が見て・参加して面白いと感じて頂けるよう準備させて頂きました。体育祭らしく皆さんには紅白帽を被ってもらい気分は上々↑↑ 軽く皆さんとラジオ体操をして体をほぐし、準備万端！



職員がお手伝いをさせて頂きつつ、ボール送りでは順調にボールを隣の方へとどんどん回していきます。職員の二人三脚では入所者様の応援のおかげもあり、追いつけ追い抜きの接戦で大盛り上がり。玉入れ競争では、カゴを背負った職員が皆さんの周りを縫うように動きまわり、そのカゴ目掛けて赤・白のボールを投げ入れてもらいました！お互い次々カゴの中に吸い込まれていくボールを見て対抗心を燃やして楽しまれていましたよ◎最後の表彰式で優勝トロフィーと準優勝盾を授与し、今年の体育祭を締めくくりました。



そしてその日のおやつには…なごみ特製「カルピスフルーツカクテル」をご用意♪色とりどりのフルーツとカルピスがとても爽やかな夏の訪れを感じさせていて、皆さん大変喜ばれていましたよ。



最古のおにぎり??

1987年6月18日、石川県鹿西町の杉谷チャノバタケ遺跡の竪穴式住居跡から、日本最古の「おにぎりの化石」が発見されたことから、6月18日は「おにぎりの日」と呼ばれるようになりました。発見されたおにぎりは、石の様に黒く炭化しており弥生時代の物と推測されているそう。

そこで、おにぎりにまつわる豆知識をいくつかご紹介します。みんなでご飯を食べることの大切さを学びましょう◎

㊦ 冷めたおにぎりはデンプンが増えることによりさらに腹持ちが良くなる！

㊦ おにぎり、おむすび、にぎりめしには違いがちゃんとある！

おにぎり・・・主に東日本で呼ばれ、俵形をしている。

おむすび・・・神と縁を結ぶための山の形にかたどられている。

にぎりめし・・・握り固めた飯のこと。

㊦ 噛むことの大切さをまとめた標語「ひみこのはがーぜ」がある。

ひ：肥満防止 み：味覚の発達 こ：言葉の発音がはっきり の：脳の発達

は：歯の病気予防 が：癌予防 いー：胃腸快調

ぜ：全力投球(体の活動力向上)



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