



施設情報

入居相談などお気軽にお問い合わせ下さい。

詳しくはWeb「[ウェルケア伊豆高原](#)」で今すぐ検索!!



納涼祭

8月29日に、ウェルケア伊豆高原恒例の納涼祭を開催いたしました。夏祭りの雰囲気を出そうと、天井から提灯をつるしました。さて、今年の納涼祭は、お囃子や定番の盆踊りの曲を流しながら、過ぎゆく夏に思いを馳せました。



さて、お楽しみの催しとして、お祭りの屋台でおなじみの「ヨーヨー釣り」をトランスフォームして、「お菓子釣り」を準備しました。会場に三々五々お越しになったご入居者の中には、テーブルの上に並べられたお菓子に興味津々の方もいらっしゃいました。これまで、紅白戦や個人戦として、体感型釣果競技を楽しんでいたことがありました。



しかし、今日は、釣果が「お菓子」。司会進行のスタッフから、「今日のお楽しみはお菓子釣りです。釣ったお菓子をおやつに召し上がってください。」とお伝えしました。



そうしたところ、興味津々のご入居者の方ばかりではなく、「今日はお菓子を釣るんだ」「このお菓子大きい」などとおっしゃって、フライングのお菓子釣りを始めようとする方もいらっしゃいました。職員も一緒になり、ワイワイと盛り上がり、ご入居者の皆さまには楽しんでいただけました。



お菓子釣りを楽しんでいただきましたが、ご準備したおやつは、プリンの上に、甘いホイップクリームを載せ、ブルーベリーを添えた、甘い幸せダブル仕立てのシンプルプリンアラモードでした。「かわいくて甘くておいしい」と評判でした。



朝食にお味噌汁を1杯いかがですか？



残暑が続いておりますが、汗によって、水分、ミネラル、塩分を失い体が夏バテをしていませんか？

人は、寝ている最中にも実は汗をかいています。特に夏は、寝汗をかきやすく寝ている最中の脱水症状や熱中症になるリスクが高いと言われています。

そこで簡単に出来る対策として思いつくのが、寝起きにスポーツ飲料や経口補水液ですが、それらは本当に熱中症の症状が出始めている時にとっておき、まず朝ごはんを食べる1杯の味噌汁で簡単に対策出来ます。何故かという、味噌汁には水分はもちろん、味噌に塩分や大豆に含まれるビタミンB1が含まれています。具にも夏野菜を入れると、ビタミン、ミネラルと一緒に摂れ、熱中症対策に必要な成分が揃っています。

なので、朝食に一杯おいしい味噌汁で夜間に失われた水分、ミネラル、塩分を補給してみませんか。もちろん、お食事の際には水やお茶などしっかり飲んでくださいね。



東京オリンピック

今夏の東京オリンピックは、金メダル27個、銀メダル14個、銅メダル17個を獲得しました。オリンピックが終わるころは、立秋とお盆。そして、芸術の秋をイメージした作品を作っていました。



9月の予定

- 17日(金) 三島信用金庫来館
- 19日(日) 敬老会
- 22日(水) 移動美容室はしば来館
- 毎週水曜日 ナガヤ買物
- 毎週土曜日 こんがりあん移動販売
- 毎週日曜日 休浴日



レクリエーション ~タワー~

安定しない夏模様で、雨やら暑いやらで、屋外に出られない日が続きました。そんな日に行われていた午後のレクリエーションです。この後は、どこまで高く積み上げたでしょうか？



編集後記



「日本はどこに負けたの」「ドイツです」。これは、オリンピックで卓球男子団体が銅メダルを獲得した時のお話です。金でも銀でもないからどこに負けたんだっけと話されていました。また、バスケットボールの試合を見て、選手はみんな大きくてすごい身体をしていると話される方もいらっしゃいました。今夏は、ウェルケア伊豆高原のテレビもオリンピックにほぼ独占されました。多くの職員にとっては初めての日本開催ですが、ご入居者の方々はみんな、2回目の東京オリンピックです。それはうらやましいと思いました。伊豆にもオリンピック会場があって、そちらに、観戦客が訪れていたようです。また、砂浜には、海水浴客がたくさん訪れていました。さて、今年の夏は暑くなりませんでした。突如、太平洋の東海上から台風が西進し、その後、台風が2つ続けて北上しました。伊東では、とても強い風が吹きましたが被害はありませんでした。そして、お盆を挟んで、まるで秋雨前線のような長雨が続きましたが、気温も高くなりすぎず過ごしやすかったです。夏らしくもなく、寂しくも思いました。(M)

