

# NOZOMI

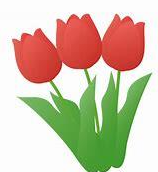
発行：〒822-0005 直方市永満寺 2978-2  
社会福祉法人のぞみ福祉会  
TEL 0949-25-0528  
URL <http://www.nozomien-noogata.com>  
発行日 2024年4月19日 (第302号)



## はなみ 花見



4月4日(木)に福智山ろく花公園へ花見に行きました。今年は例年より開花が  
遅くなっていましたが、ちょうど見頃の時期を迎えていました。駐車場は桜に囲  
まれ、園路にはしだれ桜がきれいに咲いていました。また桜だけではなく、チュ  
ーリップやイチリンソウなど季節の花も色とりどりに咲いていました。みなさん  
は、「たくさん咲いていたね」「また行こうね」と話をしていました。今回は初  
めて福智山ろく花公園で花見でしたが、みなさんととても楽しまれていました。



きゅうしょくしょうかい  
給食紹介



こんげつ たけ こ はん います しゅん たけ こ つか  
 今月は竹の子ご飯です。今が旬の竹の子を使ったご  
 はん な はな あ れんこんとふきの煮物などの  
 いろ とりどりのメニューが並び、春を感じながら美味しく  
 いただきました。



いむしつ  
医務室だより

かふんしょうたいさく  
＝花粉症対策をしましょう＝



はる おとず はなばな うつく いろ かお はな はじ きせつ  
 春が訪れ、花々が美しい色と香りを放ち始める季節がやってきました。しかし、春は花粉症  
 の季節でもあります。花粉症は、花粉が空気中に舞い、鼻や目の粘膜に刺激を与えることで引  
 き起こされるアレルギー疾患です。花粉症の症状としては、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目  
 のかゆみや充血、喉の痛みなどがあります。これらの症状は日常生活や仕事に支障をきた  
 すことがあります、重症化すると集中力の低下や睡眠障害を引き起こすことがあります。  
 花粉症の方は外出時にマスクの着用をして、帰宅後の手洗いやシャワーで花粉を洗い流すな  
 どの対策が必要です。また、室内では窓を閉め、エアコンや空気清浄機を使用し、花粉の侵入  
 を防ぎましょう。花粉症は季節的な症状と思われがちですが、放置すると慢性化することも  
 あります。症状がひどい場合は医師の診断と適切な治療を受けるようにしましょう。月別の  
 主な花粉は、1～3月に(スギ)、4～5月に(ヒノキ)、6～7月に(コメ、ヨモギ、ススキ)、8～9月  
 に(ブタクサ)、10～12月に(カモガヤ)と1年を通して飛散しています。どの花粉にアレルギー  
 反応が出るのかを知って早めの対策をし、健康で快適な生活を送りましょう。

がつ よてい  
《5月の予定》

- |      |     |                     |      |     |                    |
|------|-----|---------------------|------|-----|--------------------|
| 5/14 | (火) | しよくたくいけんしん<br>嘱託医検診 | 5/22 | (水) | かんごしじゅんかい<br>看護師巡回 |
| 5/16 | (木) | たんじょうかい<br>誕生会      | 5/24 | (金) | きん おおそうじ<br>大掃除    |
| 5/17 | (金) | くらぶ<br>クラブ          |      |     |                    |



こんげつ こめ ちゅうもん う つ  
 ※今月もお米の注文を受け付けています

# グループホームだより



## きゅうじつ かつどう ようす 休日の活動の様子

3月9日(土)の昼食は、「チーズハンバーグディッシュ」を作りました。ハンバーグのタネはラップに包み「こう？」と確認しながら職員と一緒に形を整え、焼きあがったらチェダーチーズをのせてしばらく蒸しました。蓋を開けると… ころ～りチーズの美味しそうなハンバーグの出来上がり！大根サラダ、コンソメスープと一緒に、「美味しい！」とお腹いっぱい大満足でした。

午後は「ピンポンカップインゲーム」をしました。ピンポン玉が高く跳ねて、予想外の動きをするのでどの的に入るかワクワクドキドキでした。





## カリブ通信

(生活介護事業Ⅱ)

はる 春らしく 暖かい日が増えてきましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか？ さて、カリブでは今月、「花の種植」を行いました。毎年この時期の恒例行事ですが、様々な種をプランターに植えました。きれいな花が咲くように願いながら、これからも毎日水やりをしていきます。今からどんな花が咲くのか楽しみですね！



## 《活動予定》

### 5月



♪ 今月の歌 『こいのぼり』 ♪

月		火		水		木		金	
				1	作業訓練 障害物走	2	ゴルフ 散歩 (ボール運動)	3	----
6	----	7	壁絵作り 散歩 (だるま落とし)	8	黒ひげ危機一髪 ピンポンカップイン	9	作業訓練 散歩 (ストレッチ運動)	10	ポッチャ キックターゲット
13	すごろく サーキット運動	14	的当て・空気砲 散歩 (魚釣りゲーム)	15	ストラックアウト キックボウリング	16	わなげ 散歩 (風船割りゲーム)	17	作業訓練 クラブ
20	ポッチャ 障害物走	21	ゴルフ 散歩 (芋掘りゲーム)	22	テーブルカーリング キックターゲット	23	作業訓練 散歩 (大漁はだ〜れ?)	24	壁絵作り ピンポンカップイン
27	風船飛ばし わなげ	28	ボウリング 散歩 (サーキット運動)	29	作業訓練 ストレッチ運動	30	黒ひげ危機一髪 散歩 (ストラックアウト)	31	大掃除 キックボウリング