



Nursing (看護)  
Assistance (支援)  
Care (介護)

# ナツクだより 第七十八号

## ◆春のバスハイク〜延べ二十一日かけて

〈桜開花の三月末〜新緑の季節五月まで〉  
待ち遠しい春の到来は、思いがけない春雪の後に急速に訪れました。例年より一週間も早い満開を迎えたお花見は、久しぶりの外出の喜びと重なり、入所の皆さんは喜びに満ちた笑顔で春を満喫していました。



荒川土手↑ 敷島の矢木羽湖↓



緑ヶ丘公園 新緑のクスノキの下で↓



矢木羽湖の水面に映る桜木・上帯那の菜の花畑から望む南アルプスは絶景で皆さんの感激もひとしおでした！

## ◆お花見弁当

枝垂桜も終わりを告げる頃、施設内の八重桜と鬱金桜(うこん桜)が見事な花をつけ満開になります。入所の皆さんは暖かい日差しの中、お花の色とりどりのお弁当を『美味しい、美味しい』と言いながら笑顔で楽しそうに召し上がっていました。



当を『美味しい、美味しい』と言いながら笑顔で楽しそうに召し上がっていました。

## ◆野外バーベキュー

湯村山の新緑も深まり、爽やかな風を感じる季節〜炭火で焼いた美味しい肉や野菜の香りに、いつになく食欲はそそられお腹いっぱいになるまでバーベキューを楽しみました。



焼肉にビールは最高！  
南瓜が柔らかくて美味しいね〜♪

## ◆夏野菜の苗植え〜夏野菜といえば



「皆さん交代で水遣りをし、収穫したら浅漬けでいただきますよう！」と職員が言うと笑顔が溢れました。

## ◆NACの薔薇〜青葉若葉を吹き渡る

爽やかな初夏の風と共に、施設の周りは咲き誇る二百種類以上の『薔薇』の香りが漂います。華麗な薔薇の姿と香りに利用者さん始め職員、近隣の方々も心は癒されています。



《薔薇風呂》も当施設ならではの季節行事として、大変喜ばれています。





◆ボランティアご紹介

※【甲府ウインドシンフォニカ】吹奏楽



今季で十四回目となる『甲府ウインドシンフォニカ』の吹奏楽演奏会が催されました。唱歌「花」に始まり、中村八代メドレー、演歌「北の宿から」等幅広く十二曲を披露して下さいました。

大迫力で息の合った演奏は素晴らしく、手拍子や体でリズムを刻んだり、歌を口ずさんだりして楽しい感動的なひと時を過ごしました。

※【若藤会】舞踊・民謡



ふれあいで笑顔に♪



武田節・新府城・外山節・富士の雲笠踊り・男の火祭り・矢車草を、衣装を变更后に優雅に時に力強く踊られました。

※通所【聖愛幼稚園年長組】ふれあい



年長さん三十七名が通所フロアに来所。利用者さんと温かく和やかなふれあいを楽しみました。ハンドゲームで握手や肩もみ、ハグをして下さり、終始、満面の笑顔の利用者さんでした。

※【山梨英和中学生】花の日の訪問

総勢八十五名の中学生が来所され、讚美歌を歌い綺麗なお花と共にお手紙を読んで下さり交流しました。温かいぬくもりを感じるふれ合いに喜びもひとしおでした。



※【山本昭男／弘子様】朗読／懐メロ



情感のこもった弘子様朗読『番場の忠太郎』『まぶたの母』の語りは素晴らしく、目に浮かぶ物語の世界に引き込まれ感動しました。昭男様のギター伴奏で懐メロも歌い、懐かしさに浸りました。

お一人の世界に引き込まれました♪

◆熱中症を防ぎましょう！



熱中症は気温などの環境条件だけでなく人間の体調も影響して起こります。高齢者は●体内の水分量が成人より少ない●湿度に対する感覚が鈍い●水分調整において重要な腎機能が低下してくるといった特徴があり注意が必要です。

部屋の湿度管理を行い、喉が渇いていなくてもこまめな水分補給を心掛けましょう。また、汗をかいた時には塩分の補給も必要です。当施設では、水分と電解質補給が効率よくできるような種類の味のイオンドリンクを常備し、脱水予防に努めています。

《管理栄養士 小池》

◆編集後記

健康長寿を延ばす秘訣は『テクテク、カミカミ、ニコニコ、ワクワク』だそうです。なるほどくと楽しく納得の表現ですね！温かい春になり、外での行事にワクワクし、お散歩でテクテク、バーベキューでお肉をカミカミ、好奇心も忘れずに施設での生活を楽しんでいただきたいと思います♪

尚、利用者の皆さんが毎年楽しみにしている施設の最大イベント『夏祭り』は、八月四日(土)午後五時四十五分～七時三十分と決定しました。万障繰り合わせの上、多くの皆様のご参加をお待ち申し上げます。

《編集担当 亀井》