

2019年7月 しまた川苑 《通所リハビリ・予防通所リハビリテーション》 行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1 ホールインワン 作品づくり	2 お茶会 	3 輪投げ 作品づくり	4 うちわでシュート 作品づくり	5  喫茶 COFFEE	6
7	8  喫茶 COFFEE	9 詰め放題 作品づくり	10 お手玉つむつむ 作品づくり	11 カンカンゲートボール 作品づくり	12 的当て 作品づくり	13
14	15 1本釣り 作品づくり	16 スリッパ飛ばし 習字教室	17 ポイントダーツ 作品づくり	18  喫茶 COFFEE	19 キックでビンゴ フラワーアレンジメント	20
21	22 誕生会  フラ・ココ・アロハ	23  喫茶 COFFEE	24 魚釣り  作品づくり	25  カラオケ	26 テーブルカーリング 作品づくり	27
28	29 キック風船 作品づくり	30  お楽しみに	31  喫茶 COFFEE	 7月		



# しまた川苑 通所だより

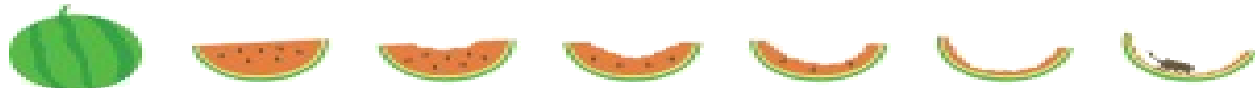


文月  
July  
第154号

お茶会  
2日  
(火曜日)

フラワー  
アレンジメント  
19日 (金曜日)

誕生会  
フラ・ココ・アロハ  
22日 (月曜日)



金丸 綱良さん  
～塗り絵作品～



東寺 (京都)  
金丸 綱良 作

夏の夕暮れ調り景に染まった空に、東寺の五重塔が  
浮かび上がっています。お庭の木にも、涼やかな色がついています。



金蘭寺 (京都)  
金丸 綱良

金蘭寺、正式名称は慈徳寺(つくばんじ)です。  
寺の建物の間に金色の壁が輝いています。季節の 庭園池にも金色が  
映し出され、華やかな風景を盛りだしています。

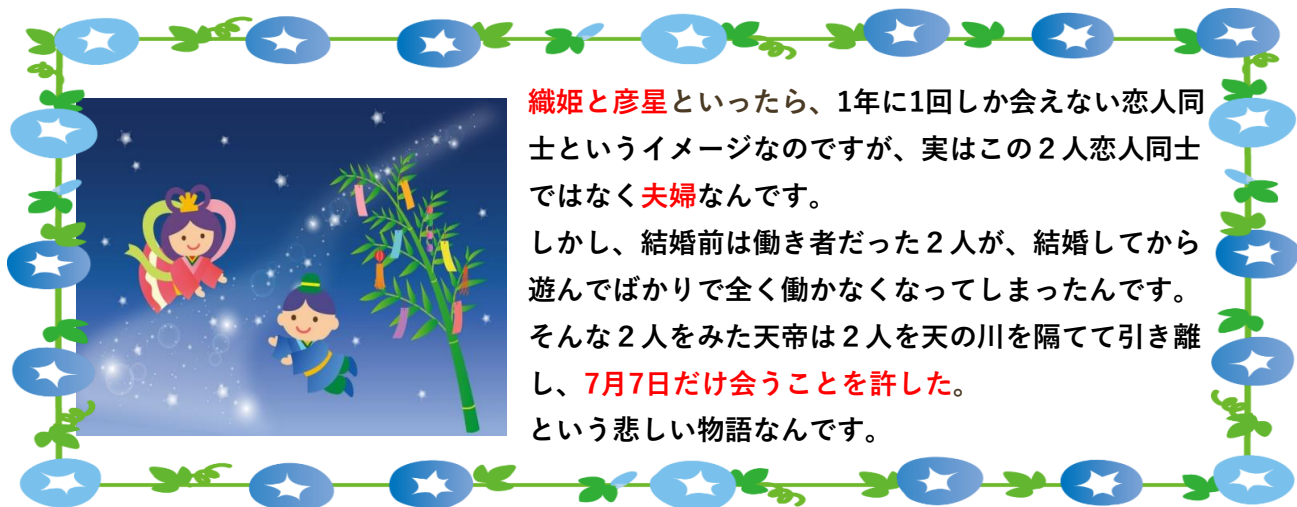


曇殊院 (京都)  
金丸 綱良 作

曇殊院、大聖堂の裏には池が流れて流れています。  
池の周囲を歩くと、池に映り、そこには青々とした木々が見え  
ています。静かな庭園の風景を堪能できます。

とても手の込んだ素晴らしい作品です。  
1階の廊下に展示しておりますので、  
ぜひ実物をご覧ください。

## 二村さんの作品コーナー



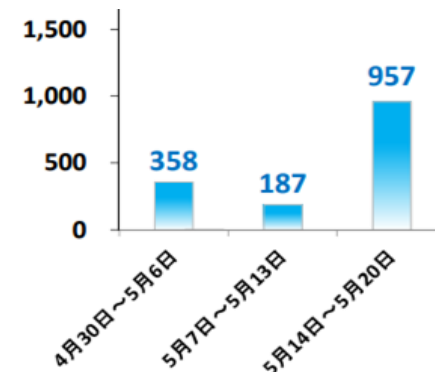
織姫と彦星といったら、1年に1回しか会えない恋人同  
士というイメージなのですが、実はこの2人恋人同士  
ではなく夫婦なんです。

しかし、結婚前は働き者だった2人が、結婚してから  
遊んでばかりで全く働かなくなってしまったんです。  
そんな2人をみた天帝は2人を天の川を隔てて引き離  
し、7月7日だけ会うことを許した。  
という悲しい物語なんです。



## 健康ひとことコラム

だいたい気温が上がり所によっては真夏日になることがありま  
した。右のグラフは消防庁による熱中症での救急車による  
搬送の数が発表されており、すでに熱中症の季節は始まっ  
ています。夏じゃないからと油断せず、こまめに水分を取る  
ようにしましょう。



### 熱中症になりやすいのは

- ・高齢者 ・子ども ・脱水状態の人
- ・体調不良の人 ・運動不足の人
- ・肥満の人 ・暑さに慣れていない人 など

「熱中症」とは暑い環境で生じる健康障害の総称で以下の種類があります。

- ・熱失神: 皮膚血管の拡張によって血圧が低下し、脳への血流が悪くなること。めまい、失神、顔面蒼白。
- ・熱けいれん: 大量に汗をかき、水だけを補給して血液の塩分濃度が低下する。手足がつか、筋肉のけいれん。
- ・熱疲労: 大量に汗をかき、水分の補給が追いつかなく、身体が脱水状態に。悪心、嘔吐、頭痛、全身倦怠感。
- ・熱射病: 体温の上昇のため中枢機能に異常をきたした状態。ふらつき、言動が不自然、反応低下、意識障害。

脱水が疑われるときは、スポーツ  
ドリンクや経口補水液などをとれ  
るよう準備しておくが良いです。

### 簡易な経口補水液

水1リットルに対し、塩3g(小さじ半分)と砂糖40g(大さじ4杯半)  
好みによりレモン少々をよく混ぜたもの。(傷みやすいので注意)