

令和2年4月22日 発行

めぐみだより



第16号

春風に吹かれ、桜の樹も若葉を揺する季節となっていました。
新年度のスタートです。色々な経験を重ね、成長しながら、今年度もおもしろい
楽しんでいきたいと思えます。

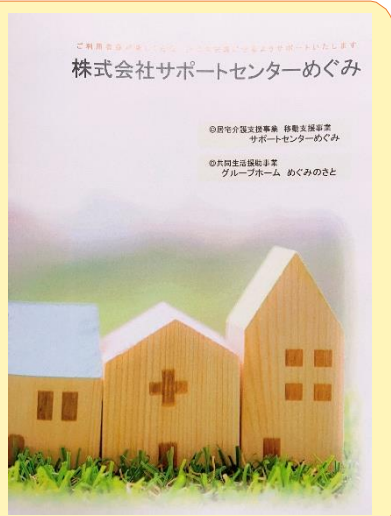
さまざまな事思ひだす桜かな



皆様も一度はご覧になられたかも？こちらは
山科川沿いに延々と続く桜並木。
キレイですね～❁ 菜の花とのコラボも美しいです。観光地や遠出をしてまで見に行かなくも、十分満足するくらい綺麗です♪コロナウイルスの影響で気が滅入りがちな今だからこそ、小さな幸せを見つけたり、あたたかい気持ちをみなさんにおすそわけしたいと思えます。少しでも気持ちの負担が軽減されますように…

新パンフレット完成

以前のパンフレットはサポートセンターめぐみとグループホームで別々になっておりましたが、新しく1冊のパンフレットに生まれ変わりました！事務員の手作りですので、プロの物と比べると少し見劣りはしますが、なかなか良い出来かと思えます。事務所内にて保管しております。ご覧になりたい方は、お渡しさせていただきますので、ご連絡くださいませ♪



ウキウキお散歩

☺外出先でのひとコマ☺

最近はおもっばら近所の公園や山科川沿いをお散歩する日々です。あまり人もいないので結構穴場です。ホーム～お散歩～ホーム、とワンパターンにはなりますが、運動不足解消のお散歩やホーム内でのレクリエーション（カラオケ・ランチデー）を考えつつ、毎日楽しく元気に過ごしています！



5月の主な行事

- 5月2日 八十八夜
- 5月5日 お誕生日会
- 5月10日 母の日

- ・新茶を飲もう！
- ・お誕生日のお祝いをしよう！
- ・お母さんに感謝の気持ちを伝えよう！

5月の保健目標

大気汚染より怖いタバコ！？

大気汚染物質と言われているPM2.5や黄砂は、風に乗って中国大陸から日本にやってきます。そのピークは4～5月と言われています。PM2.5は化石燃料を大量に燃やすと発生しますが、実はタバコの煙の中にも非常に多く含まれているんです！つまり、喫煙者はもちろん、副流煙を吸っている人もPM2.5を知らない内に体内に吸収していることに… PM2.5は、大気汚染対策だけではなく、屋内の対策も必要になります。屋内では、受動喫煙のない環境づくり、つまり禁煙が健康被害を防ぐうえでもっとも重要とされます。「今年こそは！」と思ひの方、ご自身・ご家族の為に、禁煙にチャレンジしてみませんか☺

お知らせとお願い

ホームページのご案内、また、グループホームの玄関にも設置しておりますが、現在コロナウイルス対策として、めぐみのさと、めぐみのさと音羽、サポートセンターめぐみ事務所内への立入りを制限させていただいております。来所制限はありませんが、玄関先での対応となりますのでご了承ください。また、来所時には必ずマスク着用をお願いいたします。サービス等につきましても、検温の上、発熱や体調不良を感じる場合はキャンセルをお願いいたします。皆様にはご不便をお掛けしまして大変申し訳ございませんが、ご理解・ご協力をお願いいたします。（弊社は現在通常営業となっております）



また、グループホーム内の備品（マスク、アルコール消毒液、ビニール袋など）ですが現在非常に少なくなってきました。利用者様ご自身が使用される物につきましては、各自でご用意をお願いいたします。



3月のようす



お外へ行けない日は
ホームでカラオケ♪



小学校卒業おめでとう
ございます！春から中学生、
楽しんでね♪



月に1度のお寿司Day!
みんなで美味しく頂き
ました！

モグモグ...
美味しい😊



鼻にケーキが付いちゃった！



美容室へヘアカットへ行きました。
すっきりしましたね！
笑顔も素敵♪



お父さんに連れて行っても
らった思い出のご飯屋さん
へ行ったよ！



山科に海ガメ！？
本当にいるようです！