

伊集院幼稚園慰問来たる

アンダンテ便り

2025年6月号 作成 看護課



5月14日 伊集院幼稚園の園児たちがアンダンテ伊集院に慰問にきてくれました。弾けるような笑顔に真澄な瞳で元気いっぱいの51人の園児たちが利用者様たちにふれ合って、歌とお花のプレゼントをしてくれました。

みなさん、自分の子供やお孫さんに接するように優しく接したり、お話されたり沢山の元気をもらっていました。元気をもらった利用者様たちも、みんな弾けるような笑顔になり、真澄の瞳になって喜んでおられました。

利用者様たちにとっても園児の皆さんにとっても優しさに包まれた有意義な時間になったのは間違いないでしょう。



今年、鹿児島は5月16日に梅雨入りが発表されました。これは平年より14日早く、2024年より23日も早い梅雨入りでした。梅雨に入ってシトシト雨が降る日はジメっとして湿度が高く蒸し暑かったり、温度が下がり肌寒かったり、また晴れた日には気温が30℃近くなり真夏日のような暑い日となったりして、寒暖差が大きく体調管理が難しい季節になりました。

健康を維持するために以下の事を気をつけましょう。

●手洗い・うがいをしっかりとしましょう。感染症予防には一番効果的です。多くの人が集うレクコーナーなどでは必ずマスクをしましょう。

●規則正しい生活をしましょう。
寒暖差が大きく疲れやすい時は、十分な睡眠が大事です。早寝早起きをしましょう。生活のリズムを整えるのには食事が大事です。朝、昼、夕の良きタイミングで食事を摂ると生活のリズムができてやすくなります。栄養のバランスよい食事疲労回復には大事です。
朝食を抜いたり、疲れてるからと言って食べなかったりは避ける様にしましょう。

●気温の寒暖差には、まめな衣類の着脱で対応しましょう。夏服への移行と重ね着ができる上着があるとよいと思われれます。ご家族様準備をして頂けると助かります。

みんな元気でこの梅雨を乗り越えましょう。



5月14日に母の日会開催



これからも益々
元気でいて下さい。
一緒にアンダンテ
ライフを楽しんで
いきましよう。

アンダンテ職員
一同からも日頃の
感謝を記したメッ
セージカードとお
花をプレゼントさ
せて頂きました。

アンダンテ伊集
院に入所中の皆様
と母の日会を祝い
ました。



※次回は通りハ担当です。