

# みぞくちミニ新聞

発行元  
みぞくち

購読無料  
毎月発行

## コロナ感染防止と熱中症予防

岡山県も3度目の緊急事態宣言が発令されている。第5波は全国的にこれまでより大きな波だ。国民全員が気を引き締めて感染防止に取り組まなければならぬ。

日常の生活で気を付けるべき点は、人との関わりを減らす事、マスクの着用とこまめな手洗いをする事、体調の管理に努め異常がある際には受診をする事だ。今の季節、秋に向かっていくとはいえ、残暑厳しく

8月中旬の土曜日、生活グループの皆さんは久しぶりの工作に励んだ。この時期季節を感じるもの。そう、「うちわ」作り。さすがに骨組みから作ることは難しいので、白地のうちわに朝

### 工作・うちわ作り

顔の絵を描いた。朝顔の形に切り抜いた厚紙にクレヨンの粉を落とす、指や綿でこすって色づけした。ほんのり付いた色は趣がある。大きな花形、小さな花形、それぞれ嗜好に合わせて朝

顔を描いた。思っていたよりも難しく、職員も一緒に手伝いながらの作成だ。完成した人にはそれぞれのうちわを持ってもらう。さあ・・・？。気持ちよく扇ぐ人はいなかった。そう言えば、日常でうちわを使うことも減ってきた。家に

うちわのない家庭もあるだろう。うちわ世代はもう昭和生まれだけになってしまったのか？！かく言う所長もうちわを使うことは日常ではほぼ無い。あつ。一つだけ思い当たる。バーベキューの時の火起こし。これは絶対うちわですな。

さあ、第1位は「みぞくちの活動ビデオ」、ダントツ人気です。普段テレビにあまり興味を示さない方も、これには喰いつく。やはり自分や知っている仲間が写るとワクワクするね。当然話題に尽きることはありません。

熱中症の対策も必要。屋外での活動は本より、屋内であつても就寝中であつても、気温が高い時には熱中症になってしまふ。コロナ感染防止と熱中症予防、暑い中のマスクはそれだけかもしれないが、工夫をして乗り切っていこう。

さて、熱中症の症状には体温調節がうまく機能せず、体温が高くなつてしまふこともある。コロナ感染でも発熱症状はある。区別するのは素人では無理である。特に発熱がある際には病院を受診し、何からくる熱かを診断し、適切な処置をしてもらうことが肝要だ。

いずれにしても、発熱や倦怠感等体調に異常がある場合は、体調が整うまでは無理をせず、しっかり静養することが大切。こういつた時には、みぞくち利用の皆さんも職員も、大事をとって休むことを推奨します。

そういえば、利用者の皆さんはどんなテレビに興味があるのだろうか？。個人個人嗜好が違うが、「何となくこういったものに興味があるんだな」という傾向はある。

それでは、テレビ番組やビデオを含めた内、多くの皆さんが見るベスト3を発表しよう。あくまでも所長の主観で順位付けしているのであしからず。

第3位「天気予報」、所長が思うに、毎日の活動に直接関係する。グループホームの方では洗濯物を屋内に干すか屋外に干すか気になるところでもある。

続いて第2位「料理番組」、基本見ているだけで楽しいですね。今日の晩御飯を想像したり、好みの献立を尋ねたりと、話が盛り上がる。

## みぞくち ミランキング

8月は2020東京オリンピック・パラリンピックが開催された。毎日のテレビでアスリートたちの健闘が放送された。今回は日本人もたくさんメダルを獲得したことは皆さんご承知の通り。

みぞくちでも休憩時間はオリンピック・パラリンピックの放送は人気。利用者の皆さんもこれには比較的興味があつたようだ。情報通の利用者の方から結果を教えてもらうことも度々。話題に尽きない8月だった。