



## 6月といえば…？

6月は別名、水無月と言います。漢字を見ると“水が無い月”と解釈できます。

ジメジメして雨が多い月なのになぜだろう… と思い調べてみると、水無月の「無(な)」は「の」にあたる助詞で、「水の月」という意味だそうです。

田んぼに水を引く時期だから「水の月」が「水な月」になり、「水無月」という漢字が当てられるようになったとの説もあるそうです。

さて、6月といえば「父の日」の日です!!

「父の日」の由来ですが、ソノラ・スマート・ドットという人物が、父親にも感謝する日を作って欲しいと、1909年牧師協会に嘆願し、翌1910年6月19日に、父の日の最初の祝典が開催されますが、一般に知れ渡るようになるまでには6年の歳月を費やしたそうです。

1916年の父の日の祝典で、アメリカ合衆国第28代大統領ウッドロー・ウィルソンが演説を行ったことで広く知れ渡ったといわれているとのこと。

日本で「父の日」が広まり始めたのは1950年頃からだそうです、一般的な行事として知れ渡ったのは1980年代とのこと。

1人のクリスチャン女性の親への深い愛と、感謝の気持ちにより始められた「父の日」、私たちが親への感謝の気持ちを忘れずに大切にしていきたいものです。

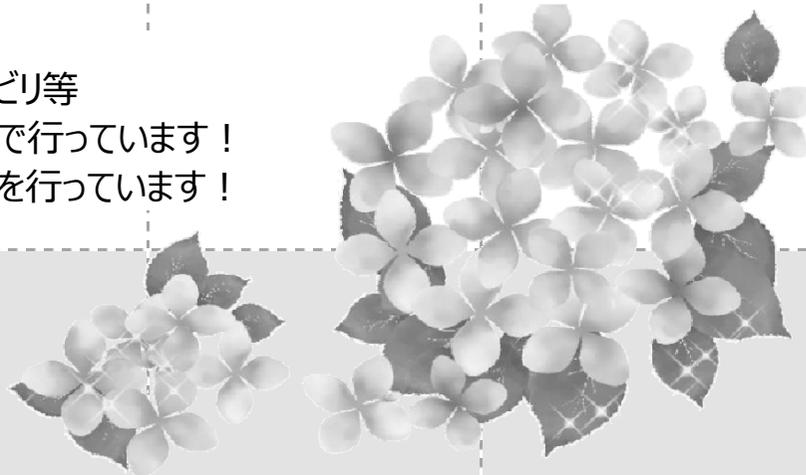
# 6月

# 行事予定表

済生会鹿児島地域福祉センター

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4	5	6	
武デイ：うずしお競争 武デイ：ツバメの切り絵	武デイ：円盤飛ばしゲーム 武デイ：ツバメの切り絵	武デイ：スリッパ飛ばし 武デイ：分割パズル	武デイ：棒体操 武デイ：ちくわのきんぴら	武デイ：トンネルくぐり 武デイ：ちくわのきんぴら ケアハウス：カラオケ倶楽部	武デイ：丸めて競争 武デイ：おからサラダ	
7	8	9	10	11	12	13
武デイ：おからサラダ	武デイ：輪投げ 武デイ：同じ物探しカード ケアハウス：ボードゲーム倶楽部	武デイ：積み上げ競争 武デイ：文字探し	武デイ：円盤飛ばしゲーム 武デイ：花の飾り ケアハウス：抹茶倶楽部	武デイ：スリッパ飛ばし 武デイ：花の飾り	武デイ：棒体操 武デイ：花の飾り	武デイ：うずしお競争 武デイ：同じ物探しカード ケアハウス：美術倶楽部
14	15	16	17	18	19	20
武デイ：文字探し	武デイ：トンネルくぐり 武デイ：みそおやき	武デイ：丸めて競争 武デイ：豆腐の白玉団子 ケアハウス：映画倶楽部	武デイ：輪投げ 武デイ：豆腐の白玉団子	武デイ：円盤飛ばしゲーム 武デイ：分割パズル	武デイ：うずしお競争 武デイ：分割パズル ケアハウス：カラオケ倶楽部	武デイ：積み上げゲーム 武デイ：あじさい飾り①
21	22	23	24	25	26	27
武デイ：あじさい飾り① GH5丁目：父の日 GHハイランド：父の日 特養：父の日	武デイ：スリッパ飛ばし 武デイ：あじさい飾り② ケアハウス：ボードゲーム倶楽部 誕生会	武デイ：棒体操 武デイ：あじさい飾り②	武デイ：丸めて競争 武デイ：カレンダー ケアハウス：抹茶倶楽部	武デイ：トンネルくぐり 武デイ：カレンダー	武デイ：積み上げゲーム 武デイ：カレンダー	武デイ：輪投げ 武デイ：封筒作り GH5丁目：誕生会
28	29	30	<p>☆武岡台デイサービスセンター パワーリハビリ・カラオケ・生活リハビリ等 レクリエーションを毎日、日替わりで行っています！ ☆GH5丁目 不定期で音楽療法を行っています！</p>			
武デイ：封筒作り	武デイ：円盤飛ばしゲーム 武デイ：七夕飾り作り	武デイ：うずしお競争 武デイ：七夕飾り作り				

※GHハイランド（グループホーム武岡ハイランド）  
※GH5丁目（グループホーム武岡5丁目）  
※武デイ（武岡台デイサービスセンター）



## “ ロコチェック ” してみましょう！

ロコとは正式名称「ロコモティブシンドローム」で、運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態のことをいいます。

自身の移動機能が現在どうなのか気になりませんか？ 公益財団法人長寿科学振興財団のセルフ式のロコチェックを実際に行ってみましょう。

- ① 片脚立ちで靴下がはけない。
- ② 家の中でつまずいたりすべったりする。
- ③ 階段を上るのに手すりが必要である。
- ④ 家のやや重い仕事（掃除や布団干し等）が困難である。
- ⑤ 2kg 程度（1L牛乳パック2本分）の買い物をして持ち帰るのが困難である。
- ⑥ 15 分位続けて歩くことができない。
- ⑦ 横断歩道を青信号で渡りきれない。

どうでしたか？ ひとつでも当てはまれば移動機能の低下が心配されます。日頃から適度な運動や筋トレをこころがけましょう。

なでしこ訪問看護ステーション

---

紫陽花が綺麗な季節となりました。いかがお過ごしでしょうか。

特別養護老人ホーム高喜苑では、例年であれば運動会をご家族参加で行っていますが、今年度は新型コロナウイルスの影響により例年通りの開催が難しく、職員とご入居者様のみでの開催となります。鹿児島県は緊急事態宣言こそ解除されたものの、油断できない日々が続いております。

現在、当センターでも新型コロナウイルス感染を予防する取り組みとして、外出行事やご家族様との面会も制限させていただいており、大変ご迷惑をお掛けしております。そんな中、特養高喜苑では、モバイルサービス LINE を利用しビデオ通話を開始いたしました。ご家族様とご入居者様が直接お会いすることはできませんが、少しでもご家族様・ご入居者様のお気持ちに添えればとの考えで、このような取り組みを行っております。

新型コロナウイルスが一日でも早く終息しますように。

特別養護老人ホーム高喜苑