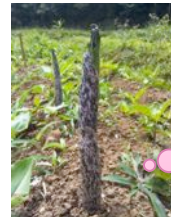




6月(水無月)

初夏を思わせる様な暑さになったり梅雨独特の湿度の高さにうんざりする中赤ショービンの澄み渡った声に癒されます。



やすらぎ農園に植えた
コンニャク芋から芽が
出てきましたよ。

伊地知シマ様誕生会

5月6日、伊地知シマ様の誕生会を行いました。シマさんの仕事場でもあるウッドデッキで、バーベキューをしました。シマさんのご家族も来て下さり、お孫さんからのプレゼントに、シマさんはとても喜んでいました。天気も良く楽しい一日になりました。



ヒマワリ種まき

5月3日、やすらぎ農園の隣の田んぼにひまわりの種まきを行いました。皆様のご協力のおかげで田んぼ一面に種をまく事が出来ました。

夏にはたくさんのひまわりが元気よく咲いてくれますように。

ご協力ありがとうございました。



グランドゴルフ大会

5月29日児童公園にて、たから主催によるグランドゴルフ大会、「たからカップ」を開催しました。

島の皆様に参加して頂き、少し暑かったですが皆さんとても楽しんでおられました。グランドゴルフの後のヤキモチやマルポーロ、スイカがとてもおいしく感じました。また皆さんで楽しめればと思いました。



避難訓練

たからでは、5月25日避難訓練を行いました。消防団の皆さん、先生方にもご協力いただき、有意義な訓練となりました。日頃から非常時への備え、しっかりしていきたいと思っております。ご協力ありがとうございました。



鹿児島県鹿児島郡十島村大字宝島38

お問い合わせ

電話：09912-4-2011（事業所）

09912-4-2012（FAX専用）

080-2774-4657（携帯電話）

発行責任者：共生ホームよかあんべ 黒岩尚文

ホームページ：<http://www.yokaanbe.net>

小規模多機能ホームたからに関する情報を随時、売店横の掲示板にも掲載させて頂いています。

是非、ご覧になってください。

編集：中木原 光茂、國部 ひろみ

6月の診療所だより

6月は、歯の衛生週間です。**健康な歯と歯ぐきで体も元気に!**
虫歯や歯周病を防ぐには、毎日の歯磨きをていねいにすることが大切です。

歯とお口を守るセルフケア

- 自分に合ったデンタルグッズを使用して、歯垢除去を徹底的に行う。
 - 栄養バランスのとれた食事をよく噛んで食べる。
 - フッ素入り歯磨き剤やガムを使用する。
 - ストレスをため込まず顔面、口腔を良く動かし、口腔機能を良好に保つ。
- 少なくとも半年に1回は歯科受診をしましょう。

★巡回診療日赤予定日

6/17（火）14:00～17:00

★特定健診（場所：コミュニティセンター）

6/7（土）13:30～終了まで

★機能訓練（場所：コミュニティセンター）

6/28（土）13:30～

年1回の理学療法士による運動教室です。理学療法士の指導を受けてみたい方は、是非ご参加ください。

★見守り支援事業（場所：コミュニティセンター）

毎週木曜日 午後2時から健康体操教室を開いています。体全体を使っての体操です。時には野外でしたり、レクリエーションも取り入れながら行っています。健康の維持、増進の為、興味のある方、参加しませんか。

★診療所受診時の保険証確認

月初め及び保険証が変わった方は、窓口への提出をお願いします。

<看護師への連絡>

診療所：4-2101

診療所携帯：090-8837-2109