

R O N D O だ よ り

第116号

発行元：ステーション
R O N D O

発行日：令和3年5月18日



新緑が眩しく日中蒸暑いと感じる日が少しずつ多くなってきました。兵庫県では緊急事態宣言が出ており、感染者も増加しています。外出等の行事が思うようにできず、毎日新型コロナの最新ニュースを見ながら密にならないよう活動を行っています。早く落ち着いた生活ができることを願っています。今後も引き続き自宅での検温など体調確認・マスク着用など感染対応の徹底を宜しくお願いします。

5月8日 尾崎豊五郎さんの満100歳のお誕生日会

100歳のお誕生日おめでとうございます。利用者・職員で、ささやかですがお祝いをさせていただきました。



<4・5月の活動>



写真撮影だけでもと、短時間でドライブをしました。満開の桜、きれいでした。



ちぎれ絵、完成！



おやつ作りの様子



書道クラブの様子



RONDO畑で作業中



所長のつぶやき

5月17日に気象庁は近畿地方に観測史上最も早い梅雨入りを発表しました。ひょっとすると最も長い梅雨の間になる可能性もあるそうです。さて、5月と言えば「5月病」。皆さん大丈夫でしょうか？4月からの環境や生活の変化に心身ともにストレスがかかり、不眠や倦怠感といった症状を引き起こすことです。正式には「適応障害」と呼ばれています。5月がゴールデンウィーク明けで有名ですが、他にも正月明けの「1月病」、気温変化による「11月病」、そして梅雨の時期に憂鬱な気分になり体調に影響を及ぼす「6月病」などが知られており、適応障害は一年を通して見られる心身の不調を表す病名となっています。5月病は新社会人などに多いのに比べ、6月病は通常の方に見られる症状と言えます。また、なりやすい性格のタイプもあり、完璧主義者、真面目、几帳面、大人しい、責任感が強い、感情を表に出せない、心配性、すぐに自信喪失する人となります。コロナ禍の中、気持ちが鬱積することも多いですが、こんな時期だから始めることができたり、それぞれの発散方法を模索できます。ちなみに私は4月に念願のロードバイク(競技用自転車)を購入。今のところ乗っているより眺めている時間の方が多いですが・・・発散はできています。

RONDO玄関のデッキ修繕工事を行い玄関が明るく綺麗になりました。



職員の息子・娘が揃って中学校入学式。外で写真撮影を行いました。



RONDOの理念
人の輪・関係作りを支援する
…安心できる居場所コミュニティ作り…