

2026年5月

# 叶えだより



## 5月のプログラム

4月10日に実施予定だった岩倉ロッジでのお花見は、天候不順のため中止となりました。来年は好天に恵まれることを期待しましょう。

5月は、梅雨や本格的な夏を迎える前の過ごしやすい気候ではないかと思えます。体を動かすプログラムを多めに入れていきますので、猛暑・酷暑を抑えるこの機会に、しっかり体力づくりをして「五月病」を吹き飛ばしましょう！



「五月病」は、4月の入学や就職等の環境変化に伴う緊張やストレスが、ゴールデンウィーク明けに緩和された反動で、5月頃に現れる心身の不調の総称。正式な病名ではなく、無気力、不眠、食欲不振、抑うつ気分等の症状が特徴。

## 【着任のご挨拶】

4月16日付で串戸心療クリニック及びデイケア叶えへ着任いたしました、宮地（みやぢ）です。医療の現場に戻るのには前の職場を退職して以来、四半世紀以上ぶりとなります。友和会には2003年4月に入職し、異動になるまでの23年間、エスペランサで働いていました。エスペランサのグループホームやショートステイ、計画相談を利用された方や、「ふらっと・ハーバー」の夕食会に参加された方は知ってくださっているかと思います。

前任の岩田さんが異動となったことで、ショックを受けられた方が多いのではないかと思います。これといった芸や特技もなければ、特に熱中しているような趣味等もありませんが、良くも悪くも「新しいポケモンをゲットしたぜ！」的な感覚で、皆さんに受け入れていただけると幸いです。文字通り、右往左往する毎日で、利用者さんやスタッフに迷惑をおかけしておりますが、これからよろしくお願ひします。

宮地



デイケア叶え

廿日市市串戸 4-2-16

電話：0829-30-1900（直通）