



ひととき厳しい日差しが照りつける暑い日が続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。施設では温度調整を行い、こまめに水分補給を促して利用者さんの健康管理に努めております。涼しい館内ですが、7月には七夕レクや花火、アイスなど夏を感じていただけるイベントを楽しんでいただきました。

昔に比べると異常な暑さですので、皆さま熱中症や夏バテに十分にお気を付けくださいませ。

栄養部より



今回は夏バテを起こしやすいこの時期に覚えておきたい食事のポイントを紹介いたします。まず、暑い夏には冷たい飲み物や食べ物を摂りがちですが、胃腸の働きを低下させ、食欲不振や消化不良を引き起こす原因になります。冷たいものばかりでなく、温かいスープや煮物など胃腸に優しい食事を取り入れることが大切です。また、夏バテ防止には様々な栄養素をバランス良く摂取することも大切です。主食、主菜、副菜を意識した食事を心がけましょう。

行事予定(8-9月)

※1階デイサービスのボランティアさんです。
入所者さんは順番にイベントに参加していただいております。

ご家族が付き添って頂く事で
毎回イベントに参加していただくことも可能です。

ご不明な点は職員へお声掛け下さい。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
17日	18日 ※ハーモニカ演奏	19日 ※朗読会すすかけ	20日 フラワー アレンジメント ※ウクレレ演奏	21日	22日	23日 ※ハーモニカ演奏
			今週は 向日葵 の香り湯(テイ)			
24日	25日	26日 フラワー アレンジメント	27日  	28日  	29日  	30日  
31日	1日	2日	3日	4日	5日	6日
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
		今週は 金木犀 の香り湯(テイ)				
14日	15日					

各階のご様子

テイサービス

職員によるバルーンアートのショーを行いました。目の前でウサギや魚に変化していく風船に皆さんの目はくぎ付けになり大盛り上がりで、色とりどりの細い風船をねじって完成した作品は、拍手喝さいの素晴らしい出来栄でした！



グループホーム

夏のレクリエーション企画として7月27日にチョコレートパフェ作りを行いました。見本のパフェを見ながら、チョコシロップをかけたり、飾りのスプレーを乗せたりとそれぞれ好みのパフェが出来上がりました！久しぶりの冷たいアイスクリームに「おいしいわ〜」の声と笑顔が見えました♪



新館

7月に施設の隣で花火のレクリエーションを行いました。噴出花火を見て「キレイ！すごい！」と楽しまれていました。外出することがなかなか難しい猛暑ですが、夕暮れ時の外の空気を感じて気分転換していただけたと思います(^^)



本館

七夕レクリエーションを実施しました！本館2階は感染症により参加者が少し減りましたが、「みんなが元気になれるように」「元気でいれますように」「家に帰れますように」と皆さんそれぞれの願い事を書かれていました。

