

デイサービスセンター みたらの杜

7月

令和5年7月号

第38号

発行責任者 松橋信夫

制作担当者 武川麻里

だんだんと暑くなって、何もなくても汗をかく季節になりました。皆様はいかがお過ごしでしょうか？私は暑さに弱いので溶けそうなくらい汗をかいています。そうなるのが熱中症です。家の中でも、夜寝ていても熱中症になるそうですよ。飲んだ水分も汗となって出てしまうので、いつも以上に水分摂取をするように意識してください。ポカリスエットも良いですが、糖分が気になる方は昆布茶とかも良いですよ。あとはしっかり3食食べて栄養を取って、暑さに負けずに動きましょう。夏バテや熱中症にならないように気をつけて、今日も元気に過ごしますよー。



6月よりあけぼのパン屋さんの移動販売を開始しております。月～木曜日に来てくれるので、必要な方はお買い求めください。ただし、お金の貸し借りは禁止させていただきます。また、必要以上のお金も持たないようにお願いいたします。

6月は歌かるたをしました。

3～4つのチームに分かれて歌の題名をかいたものをお手玉で歌の題名を見つけて取っていききました。歌の上手なスタッフが歌い、時には音程を外しながら笑ったつぷりにみんなで楽しく行いました。

今月の行事食とおやつ

今月は冷たい麺とミニちらし寿司です。とろろやたぬき・きつねと、その日より麺のトッピングが変わっているので、どれが当たるか楽しみです。

おやつはクレープです。私は給食を思い出す懐かしい感じのクレープですが、皆様は初体験？のクレープでした。



7月の予定

床屋 10～12日

行事食 10～14日

行事 10～14日



8月の床屋さん・行事予定

床屋 8月14日～16日

行事食 8月14～18日

行事 8月14～18日



コロナ情報



みたらの杜では引き続き感染予防として、マスクの着用、うがい手洗い・換気に努めております。皆様にもご協力お願いいたします。