

# 「デイサービスセンター美空の郷便り」



7月号

令和元年7月1日発行

蒸し暑い日が多くなってきました。  
 これからの時期は「熱中症」に要注意です!!  
 窓を開け風通しをよくしたり、クーラーや扇風機を  
 使用して暑さを我慢しないようにして下さい。  
 また、水分はこまめに摂るようにして、しっかりと  
 「食べ」「飲み」「寝る」で、体調管理に努めましょう。

## 6月行事報告



6/14 「マジックゆりちゃん様」  
 (金) たくさんのマジックをご覧になって  
 喜ばれていました。



6/10 (月) おやつクリエーション  
 「トライフル作り」  
 色々な味がとてもおいしい!!  
 と喜んでいただきました。

## こまめに水分補給をしましょう!!

体内に留められる水分量は年齢を重ねるにつれて  
 減るため、こまめな水分補給が大切です。  
 特に、夏は体内の水分が失われやすいため、  
 意識して水分補給をあるように心がけましょう。

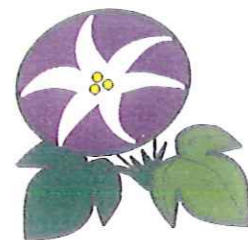
### こんなときに水分補給をしましょう

・外出前 ・帰宅後	テレビを 見ているとき	食事中
トイレ後	・入浴前 ・入浴後	・就寝前 ・起床後

## 7月行事予定



- 7/5 (金) おやつクリエーション  
「七夕ゼリー作り」
- 7/9 (火) 豊浄喜会(ほうじょうきかい)  
いろはささゆり 大塚様
- 7/17 (水) あみ物ボランティア様
- 7/31 (金) オカリナ・ポンス  
(杉田正美様)



◇ 発行者 ◇  
 株式会社ピュアウィンド  
 美空の郷  
 TEL: 0574-27-1205  
 FAX: 0574-27-1206