

# 恵潮苑デイサービスセンター便り

〒988-0066  
☎0226-21-1222  
気仙沼市東新城2-2-3

8月  
8号

今年も全国的に猛暑が続いておりますが、皆様、お元気でしょうか？暑い日が続くと〇〇〇の危険が高まります。さて、为什么呢？この時期になるとよくニュースで見かけるのは『熱中症』です。高齢になると代謝が悪くなる為、暑さを感じにくい体になったり、喉の渇きを感じなくなります。なので熱中症対策が大切になります。水分補給に関しては「喉が渴いたら飲む」では遅いそうです。具体的に水分を摂る時間帯を決めてこまめに水分摂取する事が大切になります。また、暑いと体を感じる前からエアコンは使用するようにしましょう。出来ることから対策をしっかりと行い、暑い夏を乗り切りましょう。

## 7月：第3週『生き生き活動』 好みの活動を選択し参加されております

《ポケットティッシュカバー作り》

《スタンドグラス作り》

完成したスタンドグラスはデイサービスの玄関に飾りました



《体操》

テレビ体操や棒体操をしました

《映画鑑賞》

《ゲーム大会》



7月14日デイサービスで避難訓練を行いました



デイの中庭で収穫したナスです。他にも色々な野菜を育てています。



# デイサービス日記

7月：第1週『ゲーム大会』 季節に合わせたゲームを行いました。



7月：第2週『工作』 夏祭りの雰囲気盛り上げる為に提灯作りをしました。



7月：第4週『絵手紙』 チラシをちぎって絵手紙を作成しました



## 皆様へお願い

- 衛生面からマスクの交換目安は1日1回となっております。清潔なマスク着用のご協力をお願い致します。  
※マスクの予備もご持参下さい。
- デイを休む際の電話連絡は **8時20分前まで** お願い致します。

## 8月の活動

- 30日～4日 頭の体操
- 6日～11日 夏祭り
- 13日～18日 音楽
- 20日～25日 海風浴ドライブ
- 27日～9月1日 クッキング