

8月行事予定

七夕まつり

- 1 (火) ねぶたお披露目
- 2 (水)
- 3 (木)
- 4 (金)
- 5 (土)
- 6 (日)
- 7 (月) 物故者合同供養祭
- 8 (火) 立秋
- 9 (水)
- 10 (木) 墓参り
- 11 (金) 山の日
- 12 (土)
- 13 (日)
- 14 (月) ガール美容室
- 15 (火)
- 16 (水) お楽しみランチ
- 17 (木)
- 18 (金)
- 19 (土)
- 20 (日)
- 21 (月) ボーテ美容室来園
- 22 (火)
- 23 (水) 処暑
- 24 (木)
- 25 (金) 万年青大学(講師:葛西次長)
- 26 (土)
- 27 (日)
- 28 (月)
- 29 (火)
- 30 (水)
- 31 (木)



7月7日 レストラン瑞穂で「七夕まつり」を開催。距離を取りながら軽体操を行った後、利用者様に短冊に書いた願い事を読み上げてもらいました。

短冊を笹に吊るした飾りを見上げ思い思いに願いを新たにしている様子でした。最後に七夕さまの歌に合わせて合唱し、その後昼食に「冷やしそうめん」が提供され、季節の味に舌鼓を打ち楽しい一時を過ごしました。

外気浴



6月5日～8日まで緑青園中庭で外気浴を実施しました。天候にも恵まれ、久しぶりに外の新鮮な空気を味わい、赤く色づいたつつじの花を見て、「なんぼきれいだ」と感嘆の声があがりました。

永井様は「お花がきれいで、日差しが当たって気持ちがいいです。」と笑顔で話されていました。

行事の様子等ホームページに載せておりますので是非御覧ください。

URL <http://ryokufu.or.jp>

緑青園

検索



★今月の一品★

「豚肉のいんげん巻き」

インゲン豆にはモリブデンやリジンが含まれており、体内で鉄の働きを助け不必要な成分を体外へ出す効能や、皮膚の健康を保つ作用もあります。

御家族の皆様へ

太陽が照りつけ、夏本番となりました。気温も上昇し、室内にいても熱中症や脱水が増える時期です。

細目な水分補給と十分な休息を心がけ、健康を維持しましょう。又、適度な運動とバランスの良い食事を取り、暑さに負けない丈夫な体作りをしましょう。外出時は帽子や日傘の他、冷却グッズを活用するのも効果的です。