

8月行事予定

- 1 (木)
- 2 (金)
- 3 (土)
- 4 (日)
- 5 (月) ガール美容室
- 6 (火)
- 7 (水) 立秋・売店
- 8 (木) 元気アップ体操
- 9 (金) 理学療法士指導
- 10 (土)
- 11 (日) 山の日
- 12 (月) 振替休日
- 13 (火)
- 14 (水) 売店
- 15 (木)
- 16 (金)
- 17 (土)
- 18 (日)
- 19 (月) 作業療法士指導
- 20 (火) 緑青園夏フェス
- 21 (水) 元気アップ体操・理学療法士指導
- 22 (木) 処暑・理学療法士指導
- 23 (金)
- 24 (土)
- 25 (日)
- 26 (月) 理学療法士指導
- 27 (火)
- 28 (水) 売店・理学療法士指導
- 29 (木)
- 30 (金) 作業療法士指導
- 31 (土)



今月のほりこしの一品
【冷やし中華】

つるつるとのどごしの良い麺と、色とりどりの具材が食をそそります。見た目も涼しげで、これからの季節にぴったりですね。

御家族の皆様へ

全国的に厳しい暑さが予測され、暦の上でも夏本番の季節となりました。

朝からにぎやかな蝉時雨が聞こえてくると益々暑さを感じます。夏祭り等各地域での催しへ外出する機会が増えますが、熱中症対策が必要になります。エアコンや扇風機、冷却グッズを活用しましょう。

喉が渇かなくても意識して水分を摂るのも大切です。胃腸に負担がかからないように冷たい物ばかりでなく温かい料理もおすすめです。夏の暑さに負けない身体を作る為にも、夏野菜をプラスしてバランスの良い食事をこころがけましょう。

★介護者教室★



6月29日、「熱中症を防止して夏を乗り切ろう!」をテーマに、介護者教室を行いました。コロナ対策の為約5年ぶりの開催となりましたが、利用者やそのご家族、地域の方々等30名程の方が参加されました。水分の種類や摂り方等、具体的なお話を聞いたことで水分補給の大切さを改めて実感したようでした。ご参加くださった皆様、ありがとうございました。



ミニドライブ

グループホーム太陽の里



6月12日(水)ミニドライブでりんご公園まで出掛けました。車窓から見える、残雪の岩木山やりんご畑の景色に心弾ませて会話を楽しんでいました。

りんご公園駐車場で水分補給し、帰路は相馬アイスクリーム店に立ち寄りました。ソフトクリームを食し「悪戸のアイスめえな!」と笑顔で満足した様子で、無事にドライブを終えました。

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 <https://ryokufu.or.jp/>

緑青園

検索

