



おおふじ

令和5年8月号

日頃よりデイサービスをご利用頂きありがとうございます。

今年の夏は、連日猛暑が続く夏バテ等注意です。暑が続くと体調不良や食欲不振になりがちです。家の中にいる時も、喉が渇く前にこまめに水分補給をしましょう。暑さに負けず健康的に過ごすには、おいしい食事を摂ることが大切です。

夏野菜には、水分やビタミンが多く体にこもった熱をクールダウンしてくれます。梅干しや酢の物など酸っぱい食べ物には疲労回復効果があります。

工夫してしっかり食事を摂ってくださいね。

デイサービスのお昼ごはんもおいしく召し上がっていただき、今年の夏を元気に乗り切りましょう！！(^)/



熱中症対策です！



7月28日 熱中症対策として、塩分と水分をとって頂くように『漬物』と『烏龍茶』を皆様に召し上がって頂きました。「これはいい！毎日やって！」と大好評でした(^)/

7月28日 防災訓練が行われました。暑い中、職員の誘導に落ち着いて行動して下さいました。ありがとうございました。お疲れさまでした。



防災訓練！
火事だー！

- 11日(金) 山の日 山菜ご飯、たちうおの塩焼き、夏野菜の炒め物他
- 15日(火) 終戦記念日 わかめご飯、さわらの西京焼き、さつま芋の甘煮他
- 25日(金) 誕生日メニュー 赤飯、鶏肉のチーズ焼き、ケーキ・果物他



※他にも、楽しく美味しい献立を予定しております、別紙の「献立表」をご覧ください。

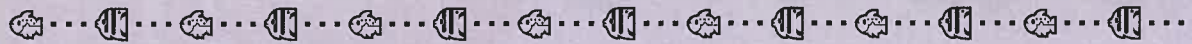
8月の主な献立

デイサービスからのお願い

- ・飲食物のお持ち込みや、他のご利用者様に配ることはご遠慮ください。
 - ・ご利用者間での金銭や物品のやり取りは、トラブルのもとになります。
- ご理解とご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



楽しく脳トレ!



第二弾は・・・マナー魚(フィッシュ)

正しい食べ順でしか外れない立体のパズルでお箸のマナーとお魚の正しい食べ方を同時に行う脳トレパズルです。

箸を使いながらパズルを行う事は、一度に二度の課題を行う、二重課題の活動になります。二重課題を行う事で認知機能に關与する前頭葉にある前頭前野(人間が人間らしく生活するうえで非常に重要な役割をしており、考える・記憶・判断・感情のコントロールなどに関わっている部位です。)の活性が図れ、認知機能の予防や転倒予防につながります。

これからも充実した生活が送れるように、楽しい時間を提供していきたいと思ひます。

う〜ん...難しい



新聞紙を丸く輪にした物を積み上げていく『タワー・リング・危機一髪!』誰が一番高く積み上げられたでしょう? いつ崩れるかわからないタワーに、ドキドキハラハラです(笑)



今月のわくわくク!

無料体験実施中

遠州の園デイサービスは一日体験を実施しています。「デイサービスに興味があるけど一日どう過ごしているのかわからない」「いろいろなデイサービスを見たい」など、『百聞は一見に如かず』まずはお気軽にご利用ください、職員一同日本一の笑顔でお迎えいたします。【入浴、昼食、機能訓練等体験できます】

曜日別ご利用状況

月	火	水	木	金	土
○	○	○	△	?	○

○空きあります △少し空きあり ?要相談

令和5年8月1日現在の情報です。日々変動しますので、どの曜日であっても一度ご相談下さい。

☎38-5011 担当 袴田/藤原