

すがのの郷だより

2019年
8月号
デイサービスセンター
すがのの郷
☎54-5350

梅雨明けが遅く雨の多い日が続きましたが、ようやく暑い夏がやってきました！

毎年のことですが、「熱中症」予防のために水分をしっかりと、身体を整えて元気に暑さを乗り切りましょう！



学生が来ました！

すがのの郷では、少しでも福祉に関心を持っていただければと考え、ボランティア体験や実習を積極的に受け入れています。将来、福祉の職場で働きたいと感じてもらえるように職員もかかわりますが、利用者の皆様方もご協力よろしくお願いします。



①塩尻中学校職場体験

利用者の話し相手や、入浴後に髪をか
わかすお手伝いをしてくれました。



はじめは緊張したけれど、
少しずつお手伝い
できてよかったです。

たくさんの座布団カバーが
すっかりきれいになりました。
ありがとうございます。



②サマチャレ (サマーチャレンジボランティア)

とてもきれいに
ぬれましたね。



夏休みを利用して、高校生が参加して
くれました。一緒にぬり絵を楽しんだり、
水分補給のお茶を出してくれたりしました。

こっちは色は
どうですか？



※ 8月にもサマーチャレンジボランティアの受け入れを予定しています。楽しく交流できるといいですね。

楽しみながら指先を使ってみました

お箸を使ってペットボトルのキャップをコップに入れてみました。どこをつかむと、上手にもちあがるか工夫したり、そっと持ち上げたり。集中しながら作業したので、あっという間に時間がすぎていきました。



「箸はむつかしいけど、指先の訓練だね・・・」
 といいながら積み上げている方もいらっしゃいました。崩れないようにそっと乗せると、思ったより高く積む事ができました。

シリーズ 夏の健康 パート2

8月に入り、急激な暑い日もありますね。

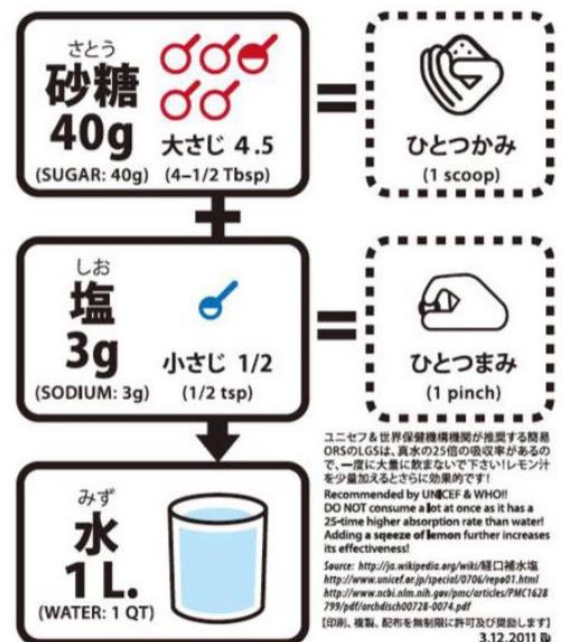
今回は、自宅で簡単にできる経口補水液をご紹介します。ぜひ作ってみて、熱中症を予防していきましょう。

<おすすめアレンジ>

水1ℓのかわりに、水700mlと無塩のトマトジュース300mlを使ってみましょう。

トマトには夏バテを防止するミネラルやビタミン、リコピンも含まれています。ぜひお試しください。

<基本の経口補水液>



8月 レクリエーションの予定		特別行事の予定	
1日～4日	ビンゴ 夏バージョン	3日	ゲスト：ジャージーバンド
5日～11日	盆おどり	15日	終戦時の語りべ
12日～18日	怪談ばなし	20日	ゲスト：ハーモニカ笑楽講
19日～25日	カレンダーづくり	※都合により内容を変更することがあります。 ご了承ください。	
26日～31日	ボール送りゲーム		