

愛の家通信

Vol.70

7月になりました。
皆様健やかに過ごしてでしょうか。



今年は空梅雨気味で早くも真夏日の日が続いています。

こまめな水分摂取と規則正しい生活を心がけて
体調管理に努めましょう。

トピック①～ごちそうレク

6/10(火)は毎月恒例のごちそうレクでした。

今回のメニューはスタッフと施設長が腕を振るった「冷やし中華」。

一つ一つの具材も手作りにこだわったボリューム満点の逸品が大好評でした。



次回のごちそうレクもお楽しみに♪

トピック②～初夏のカレンダー作り

6月の毎週日曜日を使って三週間にわたり入所者の皆様とスタッフでオリジナルカレンダーを作成しました。

入所者の皆様の集中力にスタッフ一同驚き。
個性豊かな色とりどりのカレンダーが完成しました。



コラム～エアコンの除湿で快適に

毎日湿度が80%を超え、ジメジメした空気が気になる今日この頃。

エアコンの除湿機能や風通しの良い服装を心がけ、少しでも快適に過ごしましょう。

冷蔵庫の食べ物は早めに消費♪

じめじめ...

ぷううん...

居室の中は清潔に♪

湿った洗濯物を放置しない♪

関東地方は例年より雨が少なく、例年以上に速い夏の訪れを感じさせます。

突然のゲリラ豪雨や天候変化が多いのもこの季節の特徴です。

こまめな水分補給に加えて外出の際には雨具を忘れずに元気に夏を迎えましょう！