



まほろばだより

共同作品

第161号
 〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2
 デイサービスセンターまほろば
 ☎ 0274-40-2022
 編集委員 宇佐美・田辺

梅雨明け前ですが、真夏のような強い日差しが降り注いでいます。これからの季節、暑い日が続くと、大人も子どもも夏バテに悩まされる人が増えてきます。体がだるい、疲れが抜けない、やる気が出ない、食欲がないなど、症状は人それぞれです。暑い夏を乗り切る為には、睡眠、食事が特に重要で、夏バテの予防になります。エアコンを上手に活用し、十分な休息を心がけましょう。

また、真ほろばでもエアコン等で室温管理を行う機会が増えてきますので、薄着でお越しの際は1枚羽織る物のご用意をお願い致します。

【潤青会からのお願い】

●マスク着用は個人の判断となりましたが、病院や高齢者施設などでは、基本的にマスクの着用が求められています。特にデイサービスなど人の集まる場所では、今までと同じような感染対策が必要と思われるので、皆様には引き続きマスクの着用、手洗い、うがい、換気の励行などをお願いします。また、下記に当てはまる場合は、ご利用を控えて頂きたいので、ご協力をお願いします。

- 熱が37.0℃以上の場合
 - 体調不良（のどの痛み・倦怠感・せき・鼻水・吐き気・下痢等）
 - ご家族様や身近でコロナ・インフルに感染した人が居る
 - 感染症の疑いがあるとき
- その他でも感染者と接触があったと思われる場合は、必ずご連絡ください。

5月 端午の節句、母の日

四季の行事

6月 季節のレク

四季行事として端午の節句には、男性の方に職員手作りの兜で、ゲームに参加して頂きました。

母の日には女性の方にアートフラワーのチューリップをプレゼントしました♪

暑い季節になってきたので、納涼な雰囲気を感じられるよう、手作りの金魚を使ったゲームを行っています。金魚すくいやうちわ引きゲームなど可愛い金魚に大変ご好評いただいています。



5月 菖蒲湯



6月 紫陽花風呂



四季の
変わり湯

5月 よもぎ団子



手作り
おやつ

6月 和菓子 あじさい



●5、6月利用者様作品

紫陽花、カエル、カタツムリ、傘、テルテル坊主、朝顔、セタ工作、カレンダー



7月

行事日程

8月

- 4日(金)・・・セタ行事
- 7日(月)・・・セタ行事昼食
- 中旬・・・変わり湯
- 15日(木)・・・お誕生日昼食会
- 17日~23日・・・理美容
- 21日~26日・・・真ほろば温泉
- 25日(金)・・・手作りおやつ
- 29日(火)・・・駅弁昼食(秋田 鶏めし)

- 中旬・・・変わり湯
- 15日(金)・・・お誕生日昼食会
- 18日、19日・・・お楽しみ会
- 21日~27日・・・理美容
- 23日(土)・・・手作りおやつ
- 25日~30日・・・真ほろば温泉
- 下旬・・・ご当地 or 駅弁昼食

※理美容をご希望の方はお早めにお知らせ下さい