

東部デイサービスセンターだより

様



7月カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|
| | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | 体重測定 | 体重測定 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 休館日 | 体重測定 14歳の挑戦 | 体重測定 14歳の挑戦 | ゲーム会 14歳の挑戦 | ゲーム会 14歳の挑戦 | 14歳の挑戦 発表会 | 知的活動 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 休館日 | 知的活動 | 知的活動 | 知的活動 | セレクト おやつ | セレクト おやつ | セレクト おやつ |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 休館日 | 小グループ 活動 | 小グループ 活動 | 小グループ 活動 | 創作活動 | 創作活動 | 創作活動 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 休館日 | 知的活動 ビデオ鑑賞 | 知的活動 ビデオ鑑賞 | 知的活動 ビデオ鑑賞 | 知的活動 ビデオ鑑賞 | 知的活動 ビデオ鑑賞 | 知的活動 ビデオ鑑賞 |
| 31 | | | | | 高校生実習 | 高校生実習 |
| 休館日 | | | | | | |

行事の予定は都合により変更することもありますので予めご了承ください。

ご都合によりお休みされる場合は前日の午後5時までにご連絡ください。

☎ 22-7772

うおっしやくん・ようこそ!



☆短冊に願いを込めて☆



皮むき・すじとり まかせてね



小グループ活動



熱中症対策 ～水分補給と暑さを避けることが大切です～

急に暑くなり、脱水傾向で来所される方が多くなりました。センターでは熱中症対策の一環としておやつ時間に皆さんにポカリスエットを提供しています。

●喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう

○1時間ごとにコップ1杯 (1日あたり1.2ℓを目安に。コップ約6杯)

○入浴前後や起床後もまず水分補給を

○大量に汗をかいたときは塩分も忘れずに

(水分や塩分の摂取量はかかりつけ医の指示に従いましょう)