

あっとホーム通信

処暑の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご厚誼にあずかり、厚く御礼申し上げます。

七月は、熱い日が続きましたね。皆様元気でデイサービスにお越しただきありがとうございます。七月は、おやつ作りを開催して楽しんでいただきました。

ありがとうございます。八月もスタッフ一同更に楽しいデイサービスを目指して頑張ります。コロナワクチン接種も徐々に進んできておりますが、有明保健所管内は感染拡大しており、まだまだ注意が必要です。引き続き注意しながら、ゆっくり穏やかに過ごしてください。

有限会社あっとホーム
代表取締役 下田正貴

今号の目次

- 誕生日おめでとうございます
- 八月イベントのお知らせ
- 楽しかった七月
- 豆知識
- ニュース
- 八月の予定
- スタッフからお知らせ
- 今月の湯

誕生日おめでとうございます

M・K様 (九十四歳)
I・R様 (九十三歳)
N・S様 (八十四歳)

八月は三名です！
おめでとうございませう。
誕生会を2回開催します。
しっかり盛り上げます！



お誕生会ではお一人様ずつお誕生日カードを作成してお渡ししています。

デイサービスで行った行事やイベント事のお写真を載せていますので皆様にはとても喜んでいただいています。

八月イベントのお知らせ

- ・ 夏まつり
- ・ 創作活動
- ・ オリンピック応援

楽しかった〜七月

七月は七夕イベントを開催しました。皆様の願い事がかないますように☆

おやつ作り

みんなで手作りおやつを作りました。とてもおいしく出来上がり楽しんでいただきました。今回も皆様の手の良さにビックリしました。



八月豆知識

夏バテの水分補給に「ミネラル炭酸水」ミネラルウォーターに天然の炭酸が入っている飲料水です。この炭酸が、疲労の原因である水素イオンを体外へ追い出してくれる上、ミネラル分も豊富に含まれているので夏の疲れた体にピッタリ。「天然炭酸入り」「炭酸ガス入りミネラルウォーター」などの表示が目印です。

室内外の温度差は5℃以内に暑いと涼しい（寒い？）室内を頻繁に出入りしていると、体その温度差についていけず、自律神経のバランスを崩してしまいます。設定温度は5℃以内を目安に。除湿設定にするだけでも、快適さアップになりますよ。

生活時間を早める「早起きをして、ラジオ体操へ通った夏休み」3つ目は、そんな懐かしい時代を思い出して、普段より生活時間を一時間早めるという究極の方法です。がんばって朝の涼しいうちに自分に合った適度な運動をし、シャワーを浴びて汗を流す。汗とともにストレスも流す！早起きが苦にならない方、ぜひトライしてみてくださいね。

8月の予定

1日	日	お休み
2日	月	身体測定
3日	火	身体測定・夏祭り
4日	水	身体測定・誕生会
5日	木	身体測定
6日	金	身体測定
7日	土	身体測定
8日	日	お休み
9日	月	体力測定・夏祭り
10日	火	体力測定
11日	水	体力測定
12日	木	体力測定
13日	金	体力測定
14日	土	体力測定
15日	日	お休み
16日	月	創作活動
17日	火	創作活動
18日	水	創作活動・夏祭り
19日	木	創作活動
20日	金	創作活動
21日	土	創作活動
22日	日	お休み
23日	月	創作活動
24日	火	創作活動
25日	水	カレンダー作成
26日	木	カレンダー作成・夏祭り
27日	金	カレンダー作成
28日	土	カレンダー作成
29日	日	お休み
30日	月	カレンダー作成・誕生会
31日	火	カレンダー作成

す！
今月も新しいスタッフが一名入社
します。よろしくお願いたしま
す！

おねがい

マスク着用にご協力ください



新型コロナウイルスの予防・感染防止のため
マスク着用へのご協力をお願いいたします。

スタッフからのお知らせ
コロナウイルス感染拡大しています。
引き続きデイサービスのご利用者様は
はくれぐれもご協力お願い致します。



創作活動
あさがお制作しました。

花言葉(全般)・・・「美人」「はかない恋」
「親切」
旬の季節・・・**晩夏**～秋
開花時期・・・8月～10月
出回り時期・・・6月～10月(最盛期は
8～9月)
花持ち期間・・・5～7日程度




八月の花(オミナエシ)

編集後記

コロナもワクチン接種も皆さん終
わりに近づいてきていますがまだ
まだ感染拡大して不安な毎日です
ね。引き続き予防策を継続してい
きます。オリンピック盛り上がっ
てきましたね。
八月もスタッフ一同元気に頑張り
ます。よろしくお願いたします。
下田ルミ



今月の湯 
暑い日が続きますので
「ハッカの湯」でサッパリお風呂を
楽しんでいただきます。😊