

あっとホーム通信

入梅の候、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。

五月は、暑い日が多かったですね。皆様元気でデイサービスにお越しいただきありがとうございます。五月は外出レク(買物ツアー)・おやつレク・ギターライブ等を実施して楽しんでいただきました。

六月は、十六周年祭・おやつレク・ギターライブ等を開催し楽しんで頂きたいと思えます。今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。

インフル・コロナにも注意しながら、ゆっくり穏やかに過ごしてください。

代表取締役 下田正貴

今号の目次

- 誕生日おめでとございます。
- 六月イベントのお知らせ
- 楽しかった五月
- 豆知識
- ニュース
- 六月の予定
- スタッフからお知らせ

誕生日おめでとございます O・S様(九十八歳)

六月は、1名です。誕生日おめでとございます。誕生会もしっかり盛り上げて喜んでいただきたいと思います。



お誕生会ではお誕生日カードを作成してお渡ししています。

デイサービスでの笑顔の写真等を使い作成しており素敵なカードに仕上げています。

六月イベントのお知らせ

- ・ 十六周年祭
- ・ ギターライブ
- ・ 踊り・歌の慰問
- ・ 創作活動
- ・ おやつレク
- ・ オンラインレク



楽しかった五月

外出レク(買物ツアー)ダイレックス)

買物楽しみました



ASSYさん慰問、懐かしい歌感動しました。いつもありがとうございます。



おやつレク(いきなり団子)おいくできました！



六月健康豆知識

6月は梅雨の影響で気温や湿度が高く、体調管理が難しい季節です。この時期に特に気をつけたいのが「隠れ脱水」です。真夏ほど汗をかかないため油断しがちですが、湿度が高いと体内の水分は少しずつ失われています。のどが渇く前に「こまめな水分補給を意識しましょう」。また、冷房の使い始めで体が冷えすぎると、自律神経が乱れ、だるさや食欲不振につながることもあります。羽織るものを活用し、冷え対策を行うことが大切です。さらに、雨の日が続くと運動不足や気分の落ち込みを感じやすくなります。室内でできるストレッチや軽い筋トレ、朝の深呼吸などを取り入れることで、心身のリフレッシュにつながります。規則正しい生活と十分な睡眠を心がけ、梅雨を元気に乗り切りましょう。



スタッフからのお知らせ

新型コロナウイルスもインフルエンザもまだまだで要注意です。これから、引き続きデイサービスのご利用者様には感染拡大防止のご協力をお願いいたします。



ご利用者さん大募集中です。

月曜日～土曜日いつでも対応可能です。(要介護・要支援・事業対象者の認定を受けられた方)



6月の予定

1日	月	身体測定
2日	火	身体測定・おやつレク
3日	水	身体測定・おやつレク
4日	木	身体測定
5日	金	身体測定・周年祭
6日	土	身体測定
7日	日	お休み
8日	月	体力測定・ASSYさん
9日	火	体力測定
10日	水	体力測定
11日	木	体力測定・オンライン
12日	金	体力測定
13日	土	体力測定・周年祭
14日	日	お休み
15日	月	創作活動・おやつレク
16日	火	創作活動・オンライン
17日	水	創作活動
18日	木	創作活動・おやつレク
19日	金	創作活動・おやつレク
20日	土	創作活動・おやつレク
21日	日	お休み
22日	月	創作活動・オンライン
23日	火	創作活動
24日	水	カレンダー作成・周年祭
25日	木	カレンダー作成
26日	金	カレンダー作成・オンライン
27日	土	カレンダー作成・誕生会
28日	日	お休み
29日	月	カレンダー作成
30日	火	カレンダー作成

創作活動

六月のポスターを作りました！



ビニール傘作りました！

六月の花（アジサイ）



アジサイの花言葉

「移り気」「辛抱強さ」「家族団らん」

6月の梅雨を象徴する花です。

今月の湯



梅雨の時期に映える鮮やかな紫色の「紫陽花の香風呂」でゆったり入浴して毎日の疲れを癒していただきます🔥



編集後記

6月いよいよ梅雨ですね。早いものでデイサービスも平成22年6月にオープンして九十六年、今より十七年目を迎えます。皆様のおかげと感謝しております。十六周年祭盛り上げますので楽しみに！今月もスタッフ一同元気に頑張ります。よろしくお願ひします。6月もデイで笑って元気に過ごさましょー！

下田にん