



天神口倶楽部

さんコープ・
天神口デイサービス
第109号
令和5年7月日

6月の活動

昔懐かしいおやつ作り

～自分でできる熱中症予防～

今年も暑い夏がやってきました。皆様如何お過ごしですか？

体調管理が難しく、中でも「熱中症の予防」が大切です。皆様と予防対策に取り組み、健やかな日々を過ごしましょう。

- カ** 風通しを良くする
 - キ** 休憩・休息を取る
 - ク** クーラーや扇風機をうまく使う
 - ケ** 健康管理、特に食事と睡眠に気を付ける
 - コ** こまめに水分補給をする
- 以上のことを合言葉に頑張って乗り切りましょう。（看護）



下肢を使ったゲーム♪



あじさいとわたし



今月の食材はオクラ。酢の物で頂きました♡



7月の行事予定

10日～15日 100均ツアー

6日 誕生会

8日 うたごえクラブ (ボランティア)

19日 おやつづくり

22日 訪問美容

26日 誕生会



今月の空き状況のお知らせ

月	火	水	木	金	土
○	×	○	×	○	×
入浴×	×	○	×	○	×

月～土 (祝日もあります)

お問い合わせ 28-7293 (担当 山本)