



# ぽっかぽか通信

令和元年7月号 (第207号)

発行日: 令和元年7月1日  
発行元: 浅羽デイサービスセンター  
袋井市浅羽4140  
電話: 0538-23-0303

## 運動会



よ〜い、ドン!  
どちらが先にタオルを取れたのかな〜(^^)

## 慰問

善香会様

カラクリボックス様

フクロウオカリ十合奏団様

## ゆずり葉様



## カラオケ大会



## 美味会様



皆様ありがとうございました

# 趣味活動

食紅で色づけたゼリーでアジサイゼリーを作りました！



今年も梅シロップを作りました。梅ジュースで暑い夏を乗り切りましょう！！

## おやつ作り



## 梅シロップ作り



## 詩吟



## 脱水症にご注意！！

高齢者は体内の水分量が少ないので、脱水から熱中症を起こしやすく、初期症状も乏しいので、見過ごしから重症化しやすい傾向にあります。脱水にならないため1日1ℓ～1.5ℓ（水分制限がある方は医師にご相談ください）を摂取するようにしましょう。

喉の渇きも感じにくくなっているため、水を飲む時間を決め、習慣化するとよいでしょう。例えば、起床時、食事の前後、おやつの時間、入浴の前後、就寝前にコップ1杯の水を飲む。暑さも目で見て分かるように室内に温度・湿度計を置き、扇風機やエアコンを上手に活用し、室温は27～28℃位で管理しましょう。暑さ対策をし、この夏を乗り切りましょう！！



## 書道



## 令和元年7月の行事予定

内 容		内 容	
1月		16火	
2火		17水	図書館(読み聞かせ)制作
3水		18木	書道
4木		19金	
5金		20土	
6土	七夕祭り	21日	
7日		22月	橋長月様他(手品等)
8月		23火	
9火		24水	絵手紙
10水	制作	25木	流しそうめん
11木	↓	26金	
12金	防災訓練	27土	善香会(民謡)
13土		28日	
14日		29月	
15月		30火	
		31水	

### ●七夕祭り

短冊に願い事を書いて笹の葉に飾っていただきます。お願い事を考えておいてくださいね。

### ●制作

タイルを使ってコースターやフォトフレームを作ります。ご希望される方は職員にお声を掛けてください。

### ●流しそうめん

食欲不振のこの季節。楽しみながら食べると食欲も増進！！

### ●誕生会

11日にルンビニ第二保育園の園児がお祝いに来てくれます。

### 【編集後記】

♪夏が来れば思い出す遙かな尾瀬遠い空♪  
生まれて初めて尾瀬に行ってきました。水芭蕉の群衆がここ4～5年間で一番綺麗だと説明を受けました。自然を守ることの大変さも少しは理解できました(K)



