

志貴野長生寮デイサービスだより

9月

第4号

壁面制作



レクリエーション



まきまき
まきまき

糸巻りレー

北陸銀行中田支店作品展示見学



いいがに
はってあるね



保健だより

7月X日

「最近なんだか体がだるい」「疲れが抜けない」

・・・もしかして夏バテ？

原因 高温多湿・屋内外の温度差・睡眠不足など

- 対策**
- ①こまめな水分補給
 - ②バランスのとれた食事
 - ③冷房設定温度は、25～28℃
 - ④適度な運動で体力づくり

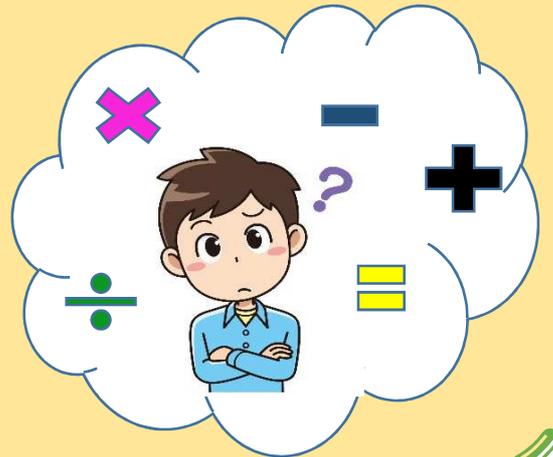
・・・などをお勧めします。



頭の体操

今月は…「ひらがな計算」です！！

- ①じゅうごたすには？
- ②ごじゅうひくさんじゅうごは？
- ③よんかけるななたすさんは？



答え ①17 ②15 ③31

スタッフ紹介コーナー



主任生活介護員
山本 恵美

- ・好きな食べ物
鱒ずし・カヌレ
- ・行ってみたい所
ハワイ
- ・好きな事
フラダンス



七夕飾り

