

デイサービス便り 東林間シニアクラブ

◆◇◆◇令和4年7月◆◇◆◇

いよいよ梅雨明け間近かです。青い空と太陽が待ち遠しいですね。梅雨が開けると日差しが強くなり熱中症が気になります。十分な栄養と休養、もちろん水分もしっかり摂って、暑さに備えましょう。 K.T

◆◇◆◇6月の活動の様子◆◇◆◇

七夕飾り



6月に入り5個の七夕飾りを作りました。7月には笹竹も届きます。沢山の短冊を飾れるように、お願いごとを考えておいて下さいね。

小さな花かご



トイレットペーパーの芯に、麻ひもを巻いて小さな花かごを作り、その後、可愛い花をアレンジメントして完成です！



コロナウイルス感染予防にご協力下さい。

近隣では、まだまだコロナ感染症の話を耳にします。体がだるい、熱がある、のどに違和感があるなど、いつもと体調が異なる時は、身近な医療機関に電話で相談し、医師の指示に従い検査を受けて下さい。



4回目のワクチン接種を受けられる方へ

相模原市でも、4回目のワクチン接種が始まります。海外では、ワクチン接種後の倦怠感や筋肉痛、頭痛などの副反応が確認されています。デイサービス利用中の事故等を防ぐ為にも、ワクチン接種の翌日等にデイサービスをご利用される場合は、接種日をお知らせください。ご協力お願い致します。



7月の予定表

サロン・デ・やまひさ フランス語講座

優雅なひと時を カフェ・ド・やまひさ

ランチ・デ・やまひさ 宮城郷土料理

格別の湯シリーズ 5・20日はペパーミントです



	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
午前		朝の体操:上肢の可動域を広げ運動効果 up 運動					休み	休み
午後					書道			
	4	5	6	7	8	9	10	
午前	朝の体操:楽しいリトミック全身運動							
		各別の湯						
午後	夏の歌	書道	絵手紙	映画鑑賞 ランチ・デ・ やまひさ	カーリング 大会	休み	休み	
	11	12	13	14	15	16	17	
午前	朝の体操:生活動作が楽になる運動							
午後	壁画 (花火)	絵手紙	サロン・デ・ やまひさ フランス語講座	書道	民謡	休み	休み	
	18	19	20	21	22	23	24	
午前	朝の体操:足がよく上がるようになる筋力強化運動							
			各別の湯					
午後	書道	カフェ・ド・ やまひさ	書道	壁画 (花火)	映画鑑賞	休み	休み	
← お誕生日週間 →								
	25	26	27	28	29	30	31	
午前	朝の体操:上肢の可動域を広げ運動効果 up 運動							
午後	体操/ゲーム 水彩画クラブ	特別工作 (香り袋)	特別工作 (香り袋)	サロン・デ・ やまひさ フランス語講座	体操/ゲーム	休み	休み	