

# あすか苑便り

## 第24号



地域と共に歩む福祉サービス  
 発行元 あすか苑 デイサービスセンター  
 長野県 上田市 前山397番地8  
 ☎ 0268 (39) 2943

### “熱中症の季節です。ご注意ください！”

2019年7月22日(月)から28日(日)の1週間で、熱中症の為に救急搬送された人数は、5664人と発表され、その前の週(7/15~7/21)の3倍近くに上ったそうです。(総務省消防庁発表)

8月に入って、最高気温35℃近くあるいは超えてしまう日が見られそうです。幼児あるいは高齢者等に関わらず、熱中症は、生命の危険にも及ぶ“病気”と言えます。以下の事柄に留意され、どうぞお健やかに過ごして下さい。

1. 水分・塩分等の適度な摂取
2. 室温26~28℃に調節
3. しっかり食事摂取
4. 外出対策(日傘、帽子、扇子の携帯)
5. 室温調節して十分な睡眠を取る

## 活動状況報告

好評の「夏の花めぐりドライブ」第1弾・第2弾のご様子をご紹介します。今回は、国分ハス池鑑賞、前山アジサイ小道鑑賞についてのご紹介です。



すてきなハス池ですね…笑顔も映えます！



額アジサイに囲まれて、にっこり笑顔です。



# 月間予定表

2019年 8月

月	火	水	木	金
			1	2
5	6	7	8 カボチャの 和菓子作り	9 
“ひまわりの壁飾り” 作り週間 (8/5~8/9)				
12 	13 夏季休業	14 夏季休業	15 夏季休業	16 夏季休業
19	20	21	22 冷た〜い! おそうめんの日	23 
26 	27 ピザ作り	28	29	30 寒天のおやつ作り
“秋の情景 (紅葉、りんどう、すすき等) 飾り” 作り週間 (8/26~8/30)				

- 1) “ひまわりの壁飾り” 作り週間 (8/5~8/9)  
夏の風物ひまわりをモチーフに、苑内に飾る壁飾りを作っていきます!
  - 2) カボチャの和菓子作り (8/8) ピザ作り (8/27)  
寒天のおやつ作り (8/30)  
“食欲の秋” ならぬ “食欲の夏” ?、おやつや食事作りを皆さんと楽しみます!
  - 3) 冷た〜い! おそうめんの日 (8/22)  
暑い夏、清涼感も楽しみたいですね。冷たくて喉越しのいいおそうめんをどうぞ!
  - 4) “秋の情景 (紅葉、りんどう、すすき等) 飾り” 作り週間 (8/26~8/30)  
もうすぐ秋…、秋の情景を苑内に飾り付けていきます。
- ※ 状況によって、日程変更等もございますので、ご了承下さい。