## あ す か 苑 便 り 第58





地域と共に歩む福祉サービス

私たち、仲良し こよしよ!

あ す か 苑 デイサービスセンター 発 行 元 長野県 上田市 前山397番地8 0268 (39) 2943

#### "室内熱中症にご用心!"

6月に入って、少し暑くなってまいりました。先月5月下旬から、気温30℃を超える日もあり ました。こうなって来ますと、心配されるのが、"熱中症"ですね。

特に、室内におられると、外気の暑さを直接お受けにならないので、室温が上がらなくとも、 体内に必要な水分がいつの間にか失われているのに気付かず、脱水症状に陥り、いわゆる"室内 熱中症"になりやすくなります。

「お日様の下にいないから、熱中症にはならないだろう…」と考えず、定期的に水分を摂られる よう、どうぞご留意下さい。

# 報告

新緑が鮮やかな時季がやってまいり ました!

"あすか苑のお花見ドライブ" Part2のご様子をご覧下さい!

注) 写真撮影の為、マスクを 外していただいています。





西前山 アヤメ街道見物

青紫色の花と深緑色の山々が目にも鮮やかでした!

## 2022年6月の主な行事予定

#### 芸術作品作りに勤しみます。

5月は、だいぶ早かったですが、右の写真 のような"蓮池"の壁画作りをご利用者様 と行ないました。6月以降は、"花火"の 壁画作りをやってみたいと思います。

お楽しみに!!



色鮮やかな"蓮池"の表現、 まさに芸術作品ではありませんか…?

## 2 季節感あふれるお料理作りに

## チャレンジします!

すばらしい料理の最高の調味料は、"愛情"

かもしれませんね。時季に適ったお食事や

手作りおやつ作りにチャレンジいたします!



右の写真は、調理作業と お米で作った手作り "かしわ餅"の写真です。

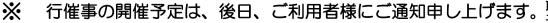


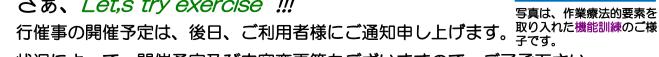
#### **X** 機能訓練や体操、軽スポーツを行なっています。

当苑の看護師が機能訓練指導員として、ご利 用者様お一人お一人の心身機能の状態を踏ま えて、適切な機能訓練を室内にて行なってお ります。また、<u>塩田病院様と連携し、ご利用</u> 者様お一人お一人に適切な機能訓練メニュー を作成して、提供しています。

さぁ、Let,s try exercise !!!

**※** 







状況によって、開催予定及び内容変更等もございますので、ご了承下さい。