

あすか苑便り

第83

号



ちらし寿司と天ぷら、粋ですね！



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

“熱中症にご注意下さい！”

6月下旬から、気温30℃を超える天気が続くようになりました。梅雨に入り、梅雨明けすれば、これから夏本番になりますね。気象庁の予報によりますと、今年の夏は、“猛暑”になるとの事…心配な事は、30℃を超える気温の上昇に伴う熱中症です。毎年、この時期、熱中症によって救急搬送される方が少なくありません。特に、「外出しないから安心だ。」と思われ、水分補給や冷暖房機を用いず室温・湿度調節をされず、室内熱中症に罹ってしまう場合がよく見られています。是非、次の点に留意して、この夏をお過ごし下さい。

- 1. 適度な水分補給 2. 適切な室温 (25℃~26℃) 湿度 (50~60%) 調節



活動状況報告

先月号でお知らせいたしましたとおり、“軽スポーツ”や、“散歩”を楽しみ、身体を動かす事を意識いたしました。その時のご様子をどうぞご覧下さい！



山王山公園

散歩

いい男に写ってるだろ？



お願い、入ってえ〜！



2ショット！



丸子

ラベンダー見物



苑内マレットゴルフ

マレットゴルフに勤しんだり、ラベンダー見物や散歩に出かけたり、いい汗かきました！

2024年7月の主な行事予定

1 夏の壁画作りにチャレンジ 第2弾！

本格的な夏に入りました。

先月号でご紹介したとおり、

芸術に夏も秋もありません。

あすか苑では、夏の風物詩をモチーフに

壁画作りに更にチャレンジいたします。



写真は、先月に制作したアジサイの壁画の画像です。

2 前山のアジサイ小道散策

夏の花と言えば…やっぱりアジサイですね！

今年も、前山のきれいな額アジサイが美しく

咲いています。気候を見ながら、見物に出か

けたいと思います。

是非、お楽しみに！



写真は、昨年の“アジサイ小道”見物のご様子です。青色が鮮やかなアジサイが大輪の花を咲かせていました。



※ 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、塩田病院様と連携し、ご利用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。

さあ、*Lets, do your best in training!*



写真は、下肢機能訓練のご様子の画像です。あともう一息！

※ 行催事の開催予定は、後日、ご利用者様にご通知申し上げます。

※ 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。