

# あすか苑便り

## 第85

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



### “引き続き、**熱中症**にご注意下さい！”

8月に入って、気温35℃を超える天気が続くようになりました。梅雨明けして、連日、猛暑日が続いていますね。総務省消防庁の発表によりますと、8/12～8/18のわずか1週間の間に、全国で熱中症による救急搬送された方々の人数は、7104人だったそうです。

熱中症は、老若男女を問わず、誰しものが罹患し得る病気で、たとえ若くとも死に至る可能性のあるものです。「自分は大丈夫だろう…」と油断せず、**炎天下**に無理を押しして外出はしたくないものです。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

今年は、塩田地域の**蓮の花**があまり咲いていませんでした。そこで、“**野倉・別所サルスベリ見物**”に出かけました。そのご様子をご覧ください。



あれ？  
割れないわ！



苑の  
スイカ割り

一刀両断！



男前に撮れた  
かな…？



**赤色の花**がステキな**サルスベリ**の木でした！木自体も、かなり大きくて立派です。

# 2024年9月の主な行事予定

## 1 “秋のひまわり・コスモス鑑賞”！

ひまわりと言えば、“夏の花”という印象がありますね。ところが、独鈷山麓の傾斜地にあるひまわりは、9月中旬から見頃です。

9月から10月にかけての長丁場で、秋のひまわりとコスモス鑑賞に出かけます！

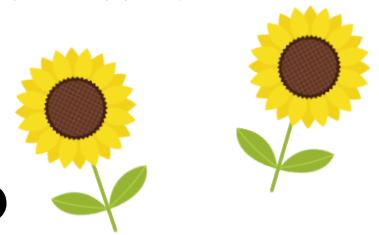


写真は、昨年の秋のひまわり鑑賞の様子の写真です。

## 2 色彩豊かな季節感あふれる

“お食事作り”を行ないます。

色彩豊かな季節感を味わうのは、お食事についても大切です。秋は、“食欲の秋”とも申します。“秋の味覚”と言える食材を用いて、ご利用者様と共に、“手料理”を楽しみます。



せっ、せっ、  
一生懸命よ！



写真は、水餃子作りのご様子の写真です。みんなで作るのがいいですね！

## ※ 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, try exercise!*



写真は、上肢機能訓練のご様子の画像です。さあ、やってみよう！

※ 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。