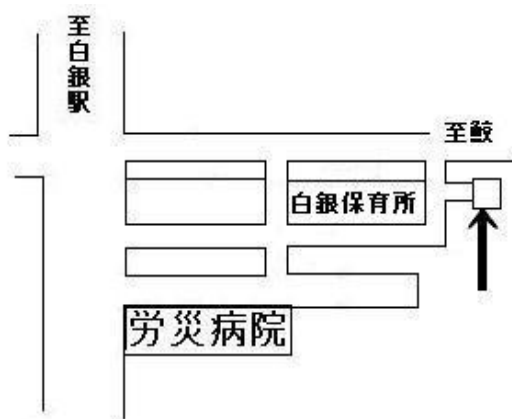


きらきら

7月号 令和5年7月1日発行



買い物ドライブにて



八戸グリーンハイツ デイサービスセンター
TEL：0178-31-0511
住所：青森県八戸市大字白銀町字沢向15の2

6月の行事・活動

『買い物ドライブ』

1週間にわたり行った買い物ドライブ。買う物を決めていた方や、スーパーへ行ってから決める方それぞれでしたが、皆さんのとても輝いた目が印象的でした。



『運動』

個々に合わせた運動や体操にも取り組んでいます。
真剣に、そして楽しみながら頑張っています。



『手作業・家事作業・レクリエーション活動』

細かい作業も丁寧に行っていただいています。レクリエーションでは、皆さんの声援を力に体を動かし、笑顔のたえない時間を過ごしています。





『社内研修』

落ち着きを取り戻していたコロナウイルスですが、この夏また流行の兆しがみえているようです。コロナウイルスだけではなく、他感染症にも注意すべくマスクのつけ方等、勉強しました。



マスクの着用は個人の判断になりましたが、引き続き感染対策を万全に取り組んでいきたいと思います。

今月の豆知識



ジメジメとした日が続くこのシーズンは、食中毒菌の繁殖が活発になる時期です。

食中毒を防ぐ食品として、抗菌・防腐作用に優れた梅干しや薬味野菜のシソ・ニンニク・ネギ・香菜・ショウガ・ワサビなどがあり、効果的です。料理にたっぷり添えてみませんか？また、免疫力を高めるビタミンB1が含まれる豚肉も、食中毒予防におすすめの食品です。

食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず匂いもしません。細菌を「つけない」「増やさない」、過熱等で「やっつける」を心がけ食中毒を防ぎましょう。

お知らせ

7月の行事

☆手作りおやつ

☆ 誕生会

誕生日の近い日に行います。

7月誕生日の皆さま

☆佐々木 喜代美様

☆安田 功様

☆類家 長一様

☆沼尾 征四郎様

～デイサービスからのお願い～

☆名前の記入について

忘れ物や物品の紛失を防ぐため、出来るだけ上着・帽子などの持ち物には名前を記入して頂く様、ご協力の程よろしくお願い致します。

☆食べ物の持ち込みについて

衛生上の考慮から、センターへの食べ物、飲み物の持ち込みはお断りさせて頂いております。ご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

☆ひげそり持参について

感染症予防の為、ひげそりのご持参をお願い致しております。又、ひげそりのお預かりはお受け致しかねます。ご協力の程よろしくお願い致します。

☆歯ブラシについて

デイサービスにて使い捨て歯ブラシを準備していましたが、コロナウイルス感染予防の為、各自準備して頂く様お願い致します。

☆感染対策について

コロナウイルス感染対策として、デイサービス利用の際はマスクの着用をお願い致します。デイサービス利用の朝、自宅で体温測定を行って頂き 37.5℃以上の場合はお休みのご協力をお願い致します。お手数をお掛けしますが、自宅で測定した体温を手帳への記入も併せて宜しくお願い致します。

～編集後記～

去る6月21日は、一年で一番昼間が長いとされる「夏至」でした。冬至にはゆず湯に入ったり南瓜を食べたりといった風習がありますが、夏至にはこれといった習慣や風習がありません。そこで「月光浴」という言葉をご存じでしょうか？かの有名な美女クレオパトラも月光浴をしていたと言われています。幸せホルモンが活性化されリラックス効果が期待できるようです。外も温かくなってきたので、たまには夜空を眺めて月光浴をしてみたいかたがでしょうか。夜空に浮かぶ月は、本当に綺麗ですね。

山内・中崎・中道