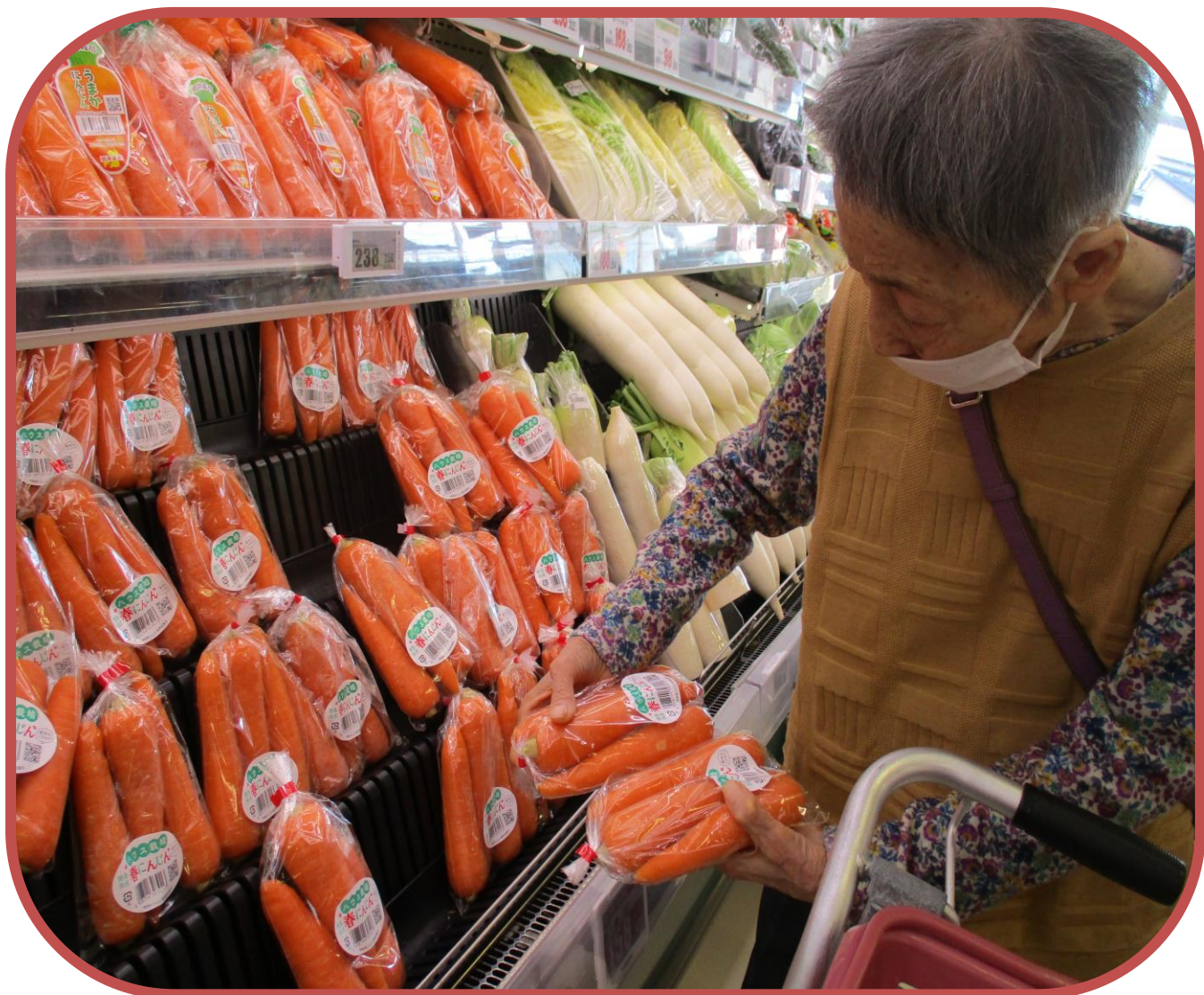
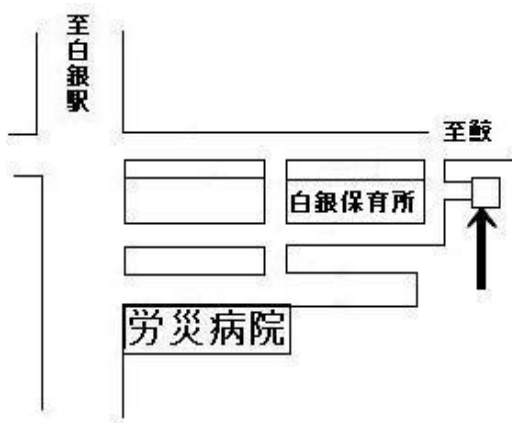


# きらきり

6月号 令和6年6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

## 5月の行事・活動

### 『買い物ドライブ』

19日～28日の期間で買い物ドライブに行きました。良い買い物は出来ましたか？



### 『手作りおやつ』

不定期に手作りおやつを行っています。手作りおやつは、いつも皆様に高評価を頂いています。次回の手作りおやつも楽しみにして下さい。



### 『活動以外にも』

グリーンハイツでは、活動以外にもマッサージや爪切り等も行っています。気になる事がありましたら、お気軽にご相談ください。



### 『洗濯干し』

最近は、天気の良い日や暖かい日が多いですね。そんな日は、外に洗濯物を出して乾かすのが一番。いつも干して下さり有り難うございま

### 『今月の豆知識』

6月と言えば、「梅雨」の他にも父の日があります。母の日があるなら父の日も作ってと、一人の女性の声から作られたそうです。

ちなみに、海外では母の日は「カーネーション」父の日は「バラ」を贈る風習があるそうです。

父の日のイメージカラーは「黄色」ただ黄色いバラは、「嫉妬」などネガティブな花言葉もある為、向日葵やガーベラなどの花を贈るのも人気だそうです。



# お知らせ

## 6月の行事

☆種差海岸ドライブ☆  
決まり次第お知らせします。

☆誕生会☆  
誕生日の近い日に行います。

## 6月誕生日の皆さま

☆井上 正彦様      ☆熊野 重夫様

☆佐々木輝雄様      ☆須田 満江様

☆高山 いち様      ☆中嶋 和子様

☆山道とき子様      ☆若松 アサ様

## ～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～

先月は、暖かいを乗り越えて、暑い日などもありましたね。今月は、どこも梅雨の時期に入ります。家のカビ対策や食べ物の管理に注意していきましょうね。また、ドライブも予定していますので、楽しみにしてください。

山内・中崎・中道

八戸グリーンハイツのホームページに繋がるQRコードです。  
デイサービス職員によるブログや各事業所の情報など記載しています。  
携帯電話などから読み取り、是非ご観覧ください。



## 毎日の簡単体操チェック表

自宅でできる簡単な体操をご紹介します！チェック表もありますので、活用してみてくださいね！

今月の体操は、「つま先、かかと上げ交互に10回ずつ」行ってみましょう。

むくみ改善・冷え性改善・筋力アップ等に期待できます。

6月	チェック欄	6月	チェック欄
1日		17日	
2日		18日	
3日		19日	
4日		20日	
5日		21日	
6日		22日	
7日		23日	
8日		24日	
9日		25日	
10日		26日	
11日		27日	
12日		28日	
13日		29日	
14日		30日	
15日			
16日			