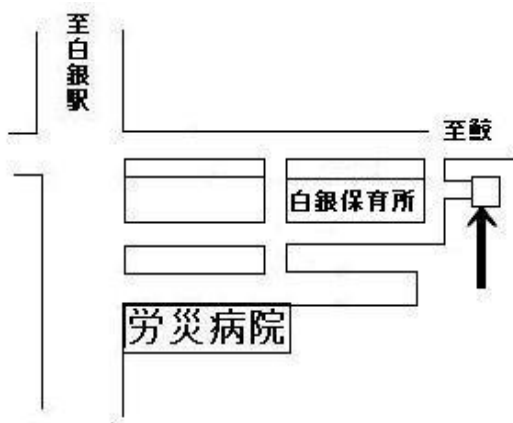


きらきら

7月号 令和2年7月5日発行



今月の作品



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



梅雨に入りましたね。梅雨の季節に咲く花「アジサイ」を作りました。折り紙で花びらを作り、発泡スチロールのお椀に貼り、立体的に出来上がりました！



フェルトでテルテル坊主を作りました。縫い物はお手の物！職員の糸通しが間に合わないほど、手際良く縫って下さいました。



画用紙で傘作り



プロジェクターを使って、映画鑑賞会をしました。「愛染かつら」と「」を見ましたね。懐かしいと話される方や初めて見たという方、様々でした。



新聞とチラシを使ってゴミ箱作り





茶碗洗い



トランプ
七並べ



マッサージ



牛乳パックで
積み木



魚の絵合わせ



その日のテーマを決めて、テーマにあった言葉を記入して頂く「言葉でビンゴゲーム」を行いました。お魚のテーマが一番盛り上がりました



歩行リハビリ
皆さん、頑張っています！



【新型コロナウイルスに負けない！免疫力アップ方法】

☆身体を動かしましょう

- ・一日三回ラジオ体操をするだけで、一日に必要な最低運動量を満たせます

☆食事をしっかり取りましょう

- ・三色しっかりと取りましょう。朝食はとても大事！

☆ぐっすりと眠りましょう

☆良く笑いましょう

☆身体を温めましょう

- ・身体の内側を温めるには食事から！



感染症対策へのご協力をおねがいします

！手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。
外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。



石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



～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

昼食後の口腔ケアにて、センターで歯ブラシを用意しておりますが、硬さなどの指定がある場合は、持参して頂く様、御協力の程よろしくお願い致します。

～編集後記～

あっという間に半年が過ぎました。今年は、コロナウイルスの影響でお祭りなども中止となっている所も多く、寂しい気持ちになりますね。

さて、寒暖差も見られていますが、室内に居ると蒸し暑く感じます。室内・室外共に、今の時期に注意したいのは「熱中症」です。衣類の調整や換気はもちろんですが、水分もこまめにしっかりととり、熱中症にかからない様に気をつけて行きましょう！

外館・山内