

# いきいき 山なんてん 生活通信

地域の皆様に寄り添う

デイサービスを目指します

令和3年6月1日より、地域密着型デイサービスへ移行し、新体制での運営となりました。地域密着型デイサービスとして、今後ますます増加が予想される認知症の方や要介護の高齢者が重度になっても、できる限り住み慣れた地域で生活できるように支援していきたいと思います。

スタッフ一同、ご利用者様に寄り添い、密着型の特色を生かしたレクリエーション（毎月1回の調理レクやイベント風呂など）を実施し集団活動にも力を入れ、地域の皆様と楽しめるよう計画を立てて参ります。

今後ともよろしくお願ひいたします。

スタッフ一同



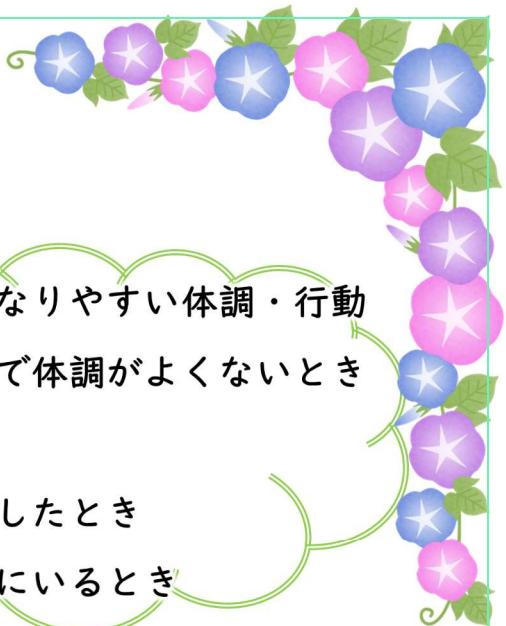
## 活動報告（7月）

### 七夕ゲーム

両端からプラカップで作った織姫と彦星が天の川で一緒になれるか挑戦しました。途中で止まったり、倒れたりしましたが、最後は天の川で会えました！



# 健康コラム ~熱中症~



毎日暑い日が続いています。

こんな真夏の蒸し暑い日は熱中症に注意しましょう。

## ○熱中症になりやすい環境

- ・気温や湿度が高いとき
- ・風が弱いとき
- ・前の日に比べて急に暑くなった日
- ・閉めきった部屋など風通しがない所

## ○熱中症になりやすい体調・行動

- ・風邪などで体調がよくないとき
- ・睡眠不足
- ・沢山運動したとき
- ・長時間外にいるとき

## ○熱中症予防の3つのポイント

1. こまめに水分を補給（塩分も一緒に補給しましょう）
2. 外では日差しを避ける（帽子をかぶって出掛けましょう）
3. 規則正しい生活（3食しっかり食べて、早寝早起きをしましょう）

マスクをしている時は、のどの渇きが分かりにくいので30分に1回は、こまめに水分をとりましょう。子供や高齢者は熱中症になりやすいので、周りの方が声をかけあっていきましょう。

調理レク



## 活動報告（6月）

### キャンディポップ作り

生地の中心にあんこを入れて丸め、焼きました。あんこを使ったおやつは昔を思い出しますね。

話も弾み笑顔があふれました。



## 8.9月の活動予定

- ・納涼会
- ・おやつバイキング
- ・十五夜レクリエーション

## 編集後記

梅雨明けと共に、ジリジリとした暑さがやってきました。畑の野菜や果物は太陽の恵みをたっぷり浴びて栄養満点に育っています。旬の恵みをいただいて、この暑さを乗り切りましょう。



〒949-2206 新潟県妙高市大字岡新田 77-1

デイサービス山なんてん Tel: 0255 (81) 3177

※紙面の写真およびご利用者様名についてはご本人様の承諾を得て掲載しております。※