



沖野

デイサービスセンターだより

平成29年 6月号

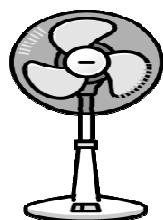
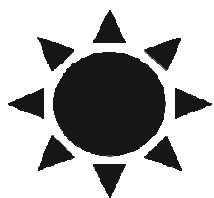
仙台市若林区沖野7丁目34-43 電話 282-0539 FAX 282-0532

脱水・熱中症対策

これからの『暑い』時期には特に気を付けなければならないことがあります。①脱水症状 と ②熱中症 です。以下の対策を実践し、暑い夏を乗り切りましょう！

- こまめに水分を摂取しましょう(1日：1500ml以上)
- ※利尿作用の少ない【白湯・麦茶・ほうじ茶・経口補水液・スポーツ飲料】がオススメです。
- 適度な運動をしましょう
- 室温を確認する習慣をつけ、室温が30℃を超えたら、迷わず冷房をつけましょう

注意：食欲不振や微熱、体がだるい等の疲労感、口が乾く、立ちくらみなどの症状が出た場合は、我慢せずにかかりつけの病院へ受診してください。早い対応が大切です。よろしくお願い致します。



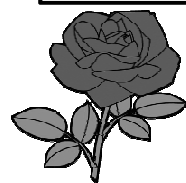
お誕生日 おめでとうございます



- | | |
|--------------|--------------|
| ☆ 1日生 曾根さん | ☆ 2日生 勝又さん |
| ☆ 9日生 金野さん | ☆ 15日生 小島Tさん |
| ☆ 17日生 今野Mさん | ☆ 20日生 佐々木さん |
| ☆ 27日生 藤崎さん | |

行事予定

- ☆絵手紙教室…6/ 6日(火)、☆民謡教室…6/26日(月)
- ☆お話しボランティア…6/29(木)、30(金)、7/1(土)
- ☆お誕生会…6/19(月)～24(土)
- ☆調髪サービス…6/12(月)～16(金)
- ☆バラまつり見学…バラの花が咲く頃



バラまつり見学 in 農業園芸センター

春の陽気が清々しく、色とりどりの花も綺麗に咲き誇り、いつも見慣れた風景も華やかさが増し、見る人の心を癒してくれる今日この頃です。さて、沖野デイサービスセンターでは、バラの咲く時期に合わせて、農業園芸センターへドライブを予定しております。

農業園芸センターには、赤・白・黄・桃・紫等の様々な品種のバラが無数に植えられております。去年は気温が高い日が多く、咲くのが早かったですが、今年はどうでしょう？

バラの花が咲くまでもう少し時間があるようですので、皆さん、楽しみにしながらお待ちください。