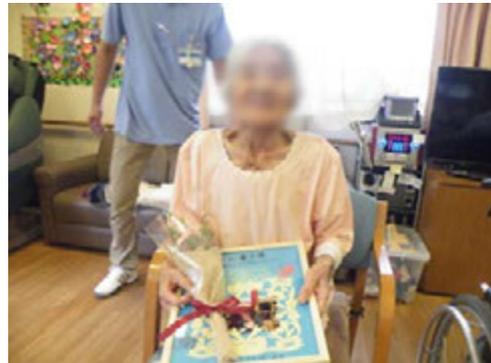


# げんらくだより

元気で楽しく過ごす

発行 ディサービスセンター北本  
発行責任者 宮坂 武明



ご利用者様写真掲載については、ご本人及びご家族へ、許可を得ております。



## 7月のセンター



梅雨が明けた途端に暑い毎日が続いており、熱中症を懸念し、今年は古代蓮見学に行く事が出来ず、皆様には大変ご迷惑をお掛け致しました。

その分、センターの中で様々なイベントを催し、楽しんで頂きました。グループホームから応援に来てくれた長澤職員の独唱は素晴らしかったし、ハワイアンズでは皆様も一緒にフラダンスに挑戦したりと、笑いの絶えない一時でした。

## 8月の行事

8月は下記のイベントがあります。お時間がありましたら、ご家族の皆様もご参加くださりお待ちしております。



- |               |          |
|---------------|----------|
| 7日(金)         | はとぼっぼの会  |
| 15日(土)        | 音楽セラピー   |
| 20日(木)~22日(土) | 夏まつり     |
| 27日(木)        | 笑いヨガ・誕生会 |
| 28日(金)        | 誕生会      |
| 随時            | 外気浴      |

## 編集後記



毎日のように皆様にお伝えしていますが、これからの時期は、熱中症・脱水に注意をしなければなりません。こまめに水分を取ると同じくらい必要なのが、汗で流れ出てしまう塩分。適度に、スポーツ飲料を飲むことが大切です。スポーツ飲料が苦手な方は、おみそ汁等が良いそうですので、過剰にならない程度に塩分を摂ってください。今月号はいかがでしたでしょうか？来月号もお楽しみに！ 編集者 宮坂 武明