

令和7年 8月号

発行：西南デイサービスセンター
花巻市轟木7地割188番地1
☎ 0198-29-3666

西南デイサービスセンター

暑いと口に出すのが嫌になるほど暑い日が続いています。夏バテはしていませんか。実はご自身で思っているより「暑い」のです。

高齢者は特に熱中症に注意が必要です。暑さで体調を崩しそうになる前に暑い時期だけでもデイサービスのご利用回数を増やしませんか。

1 体内の水分が不足しがちです

体内の水分量が若年者よりも少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

高齢者は特に注意が必要です。

2 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

3 暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。

8月のレクリエーション 床屋の予定

床屋 8/19(火)、21(木)

希望の方は、事前に連絡帳に記入いただくか、お電話を下さい。当日の申込は人数の都合で出来ないことも有ります。

料金 女性カット(顔そり含)・・・2,200円

(女性カットは顔そりなしでも2,200円)

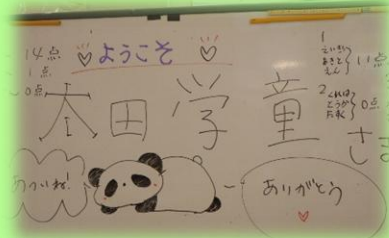
男性カット・・・・・・・・・・1,650円

顔(髭)そり・・・・・・・・・・550円

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	8/1	8/2
	創作 夏の花のちぎり絵			新聞つなひき		
3	4	5	6	7	8	9
	ペッタンゲーム			夏祭り		
10	11	12	13	14	15	16
	茶話会・朗読会					
17	18	19	20	21	22	23
	魚釣りゲーム			ホームランゲーム		
24/31	25	26	27	28	29	30
	ホームランゲーム			ペッタンゲーム		

太田学童の子供たちが今年も慰問に来てくれました

7月23日（水）に太田学童の1年生9人が慰問に来てくれました。
元気いっぱいかわいい子供たちとの触れ合いにとっても癒されました。
来てくれてありがとう。来年も待ってるね



元気に踊りながら歌ってくれました。



子ども達と
利用者との「輪投げ対決」
じっとみられると
利用者さんも緊張します。



1人ずつ、手作りの
色紙を渡しながらか
利用者さんと握手を
してくれました。



お礼のあいさつの様子

アロマオイルを使ったハンドマッサージをしてもらいました。

ご利用者が選んだ香りのオイルでゆっくりと
手のひらをもみほぐしてもらおうと体がふっとかるくなりました。



マッサージをしてくれた
今野さんと高橋さんです。
マッサージ中のお話もとても楽しかったです。



7月31日は「土用の丑の日」です。季節の変わり目である夏の土用
は暑さで体調を崩しやすいため「う」のつく食べ物を食べると縁起が
良いとされています。当センターでも

「うなぎちらし」が出ました。

みんなでこの夏を乗り切りましょう
隣は7月7日の冷やし中華です。

