

デイサービス まなぐら

2018 7月 ☎(084)976-8750

暑中お見舞い申し上げます。

梅雨みたいムシムシ、ジメジメする日があると思えば、真夏の様にピカピカ、じりじりする日もあります。今年は暑い日と寒い日が両極端で、なかなか体が暑さになれませんね。「今年の夏はいつも以上に暑くなる!!」看護師の渡辺さんが最近言っています。これから来る夏を乗り切るために…

① しっかり水分&塩分②しっかり食事③しっかり休養を心掛けましょう



巻き巻きゲーム



決戦は水曜日! 20日(水)
 デイサービスまなぐらとショートステイとまなぐら南のみなさんがデフロアに結集して

「まなぐらマスターズ」が開催されました。選手宣誓

お手玉ぼっちゃ

ビーチボールの的をめがけてボールを投げています



ラジオ体操



大差をつけていたデイサービスは敗北! まなぐら南の優勝が決まりました。

優勝はまなぐら南でした!!



おめでとう!!

7月の行事

- 3日(火) 交流訪問「なんでも会」
- 4日(水) 駅家中学校福祉体験
- 5日(木) ~6日(金) 「そうめん流し」
- 11日(水) お楽しみの日「かき氷」
- 17日(火) 料理の日「まぜごはん」
- 25日(水) 交流訪問「三味線」
お楽しみおやつプレート
- 26日(木) お風呂の日「笹風呂」

あじさいクラフト

21日お楽しみの日にもいつも作ってもらうお花に花のがくをつけてあじさいを作りました。なんとなくあじさいに見えるかなあ?



6月なので... あじさい祭りです。

あじさいみつ豆

16日(土) 料理の日に寒天ゼリーをフォークで細かく砕いてもらい、透明のカップに重なるように入れて、あじさいを表現してみました。



8月の行事

- 7日(火) お楽しみの日「抹茶パンケーキ」
- 9日(木) 交流訪問「とんぼの会」
- 17日(金) 料理の日「海老水餃子」
- 23日(木) 24日(金) 25日(土) 「平大食堂へ行こう!!」
- 27日(月) お風呂の日「ミント風呂」

理学療法士のワンポイントアドバイス

足うらの筋肉を伸ばす

足うらの筋肉は、ほぐしたら、今度は足指を伸ばしましょう。

まず足首を直角程度に保つように持ちます。反対の手で指先を持ち、ゆっくり起こして伸びを感じてから戻します。

10回くりかえします。



防災訓練

まなぐらでは、年2回防災訓練をしています。今年の1回目の防災訓練が26日にありました。いつもは、エレベーターで上がり降りするのですが、火災の時はエレベーターは使えません!! 階段をゆっくりと降りて避難しました。

