

# デイサービス便り

令和6年8月

## グリーンロード

皆さんこんにちは、梅雨も明け、毎日暑い日が続いております。家の中で涼しく過ごされていると、つい水分を飲まなくなってしまうがちですが、家での「熱中症」も多く聞かれています。こまめに水分を取り、食事、睡眠をとり、健康に留意して夏を乗り切りましょう。

センター内では、出来るだけ快適に過ごして頂けるようにしておりますが、座る場所によっては寒く感じる所もありますので、カーディガンなど羽織るものを、ご持参頂くと良いと思います。

### 夏満喫イベント開催

納涼夏祭り 16日(金)

スイカ割り・盆踊り  
屋台ランチ  
お楽しみに・・・



おやつレク  
22(木)



ハワイアン風リゾート湯

14(水) 15(木) 16(金)  
香りと音楽でリラックス



7月よりカラオケ機器をバージョンアップし新しいプログラムを導入しました。今まで以上に皆様に楽しんで頂けるようになりました。



お楽しみメニュー。8月8日(木) 9日(金)

テーマは「よく噛んで楽しく食べよう」です。

午前中に管理栄養士から『よく噛んで食べること、バランスよく食べる事の大切さについて』お話があります。

またこの2日間はデザートにキウイをご用意してあります。



暑さに負けない身体づくり、一緒に学び楽しい食事の時間にしましょう。



活動のご様子です

テレビ画面を見ながら、1・2・3体操です。



うなぎ旨かった～元気パワーアップ



おやつしく・豆腐入り白玉あずき・仕上げは、皆さんで・・・



美味しい・・・

# フラワーアレンジメント

真剣



可愛いね

プレゼント妻に

## 職場体験中学生さんとゲームや会話を楽しまれておりました



孫のようであれしいわ・・・

可愛いねと楽しまれていました



紅白戦・・・白熱でした・・・



**ミュージックセラピー** 8日(木)23日(金)  
先生のお話など交えながらピアノ演奏で  
唱歌・童謡・演歌など15曲程唄います



**無病院理学療法士によるリハビリ体操の日**

5日(月) 9日(金) 15日(木) 21日(水) 27日(火)



**13時45分より**  
楽しく、元気に無理なく  
身体を動かしましょう



午前・・ **11時30分より** 季節の話、体操、口腔体操  
(入浴されない方は、塗り絵、脳トレプリント、装飾)  
午後・・ **13時45分より** リハビリ体操、歌体操、装飾、脳トレ  
運動レク、カラオケ



フラワーアレンジメント  
8月13日(火)



**散髪日**

8月6日(火)

13時30分より

グリーンロードのデイサービスをご利用希望の方、  
ご興味やご相談がある方は、お気軽にご連絡ください。  
また、ご利用頂いている方は、ご利用日でない日でも  
振替利用、追加利用ができます。 **生活相談員 北原・鈴木**

**デイサービスセンターグリーンロード**

〒188-0004

東京都西東京市西原町 2-2-11

TEL 042-467-7759 FAX 042-461-5995

