

デイサービスセンター便り

令和6年2月号

寒い日が続きます。皆様いかがお過ごしでしょうか。

風邪やインフルエンザが猛威をふるっております。体調を崩されることなく、
元気に過ごしましょう！



活動紹介

<初釜>

抹茶をご自分で点てられて楽しまれた方もみえました。
和菓子はご自分で選ばれました。

<手作りおやつ・白玉ぜんざい>

みんなで協力して捏ねて丸めました。
家ではなかなか出来ないから、と楽しそうに
作業されました。
美味しいと好評でした。



<特別給食・お好み焼き>

目の前で焼いて出来立てを
召し上がっていただきました。
ほとんどの方がおかわりをされました。



おしらせ

☆出張理容トマトが2/5(月)にあります。
(カットのみ2,400円、顔そりのみ1,100円です。)
希望される方は職員にお申し出下さい。

今月のおすすめ 健康情報

ヒートショックにご注意を！

2月は寒さ厳しい季節です。
気温の低い屋外から暖かい屋内への移動や
暖かい部屋から寒い部屋へ移動する時などによる
急激な環境の温度変化によって血圧が
上下に大きく変動して起こる健康被害です。

めまいやふらつきを感じたら、
無理に立ち上がろうとせず、姿勢を低くして
気分が落ち着くまでじっと待ちましょう。

失神や意識障害
が起きたら、救急
車を呼びましょう

