

デイサービス

美穂の家 押切新聞

平成29年7月号

お出掛けが楽しい季節。梅雨入り前のさわやかな気候に誘われて、城北浄化センターの菖蒲見学、県立大学散策、フルーツとオカリナのコンサートなど、皆さまが共に楽しめる機会を設けました。

城北
浄化センター

上から
静岡市の花「タチアオイ」
「柏葉あじさい」
「花菖蒲」

木陰でひと休み

たくさん歩いたね

うん

本日の主役です

お茶、おいしいね

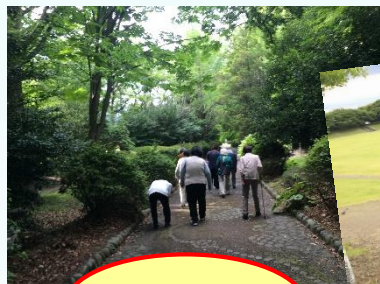
歩け、歩け!!

心地よい風

メダカがいるわ♡

県立大学

コンサート観賞会



デイサービス

美穂の家・押切



体操



壁紙作り



園芸部



調理シク



夏の汗は大切です



ここ数年、春なのに暑かったり、6月の梅雨の時期に涼しい日が続いたり、涼しかった翌日が25℃を超える夏日になることなどが少なくありません。

本来、人間の身体は、夏になると皮膚汗腺の下の血管が広がり、体内の熱を外に出しやすしたり、汗腺が開いて汗を出しやすしたりして、体温調節をしやすくしています。

しかし、最近の気候では身体のセンサーを「夏」にして良いのか? 「冬」のままにしておくべきなのか? の切り替えが上手くできないのです。

身体に夏であることを認識させてあげる手助けとして、「汗をかくこと」をおススメします。

「夏場はシャワー」と言う方も多いと思いますが、「しっかり湯船」に浸かり、汗が出るまで沈みましょう。汗をかくことが出来れば、体温調節が出来てきます。

注) 汗をかいた際の水分補給を忘れずにしっかりお願いします。

看護師：薩川美江

ホームページあります

美穂の家のホームページでは、スタッフブログを開設しております。

ブログの中では、利用者様の日々の様子などを写真と文章を交えてお伝えしております。

また、このブログは「にほんブログ村 デイサービス部門」419サイト中3位の大人気ブログです。ぜひ、ご覧ください。

美穂の家ホームページアドレス : <http://mihonoie.net/>



QRコード

株式会社 KAZ企画
ボンベルカーデイ 美穂の家・押切

静岡市清水区押切62-7
TEL:054(346)8564 FAX:054(388)9611