



ひかり

6月号

鳳鳴苑デイサービスセンター
令和3年6月10日
<http://www.fukuhoukai.jp/>

早くも梅雨入りを迎える季節となり、日に日に感じる暑さが増しています。今年は、早くも5月から30℃前後の夏日になり、今年の夏は非常に暑くなるのではとも言われています。

昨今、コロナウイルスによる影響で、自宅にいる時間が長くなり運動不足になりがちです。マスク生活も重なり、身体が暑さに耐えきれず熱中症になりやすい季節です。

熱中症には、幾つか対応策があります。しかし、環境の変化等が大きいと身体が暑さに追いつかないときがあります。そのため、7～8月の暑い時期よりも早いうちにつぎの4つの予防対策をしていきましょう。

①暑さを避けましょう②こまめに水分補給をしましょう③日頃から体調管理を心掛けましょう④暑さに備えた身体作りをしましょう。コロナ禍による厳しい生活を乗り越え、皆様身体を大切にお過ごし下さい。

(機能訓練指導員一同)



- 基本理念**
- 一、高齢者の生活と人権を尊重し、公正で開かれた施設運営に努めます。
 - 二、高齢者が地域で安心して生活を送ることができるよう努めます。
 - 三、施設は、利用者の社会生活の場として位置づけ、安全で安心して日常生活を送ることができるよう環境づくりに努めます。
 - 四、職員は、常に満足のいただけるサービスが提供できるように励み、地域社会活動にも積極的に関わり、地域から求められる施設となるように努めます。



6月誕生日の方、おめでとうございます



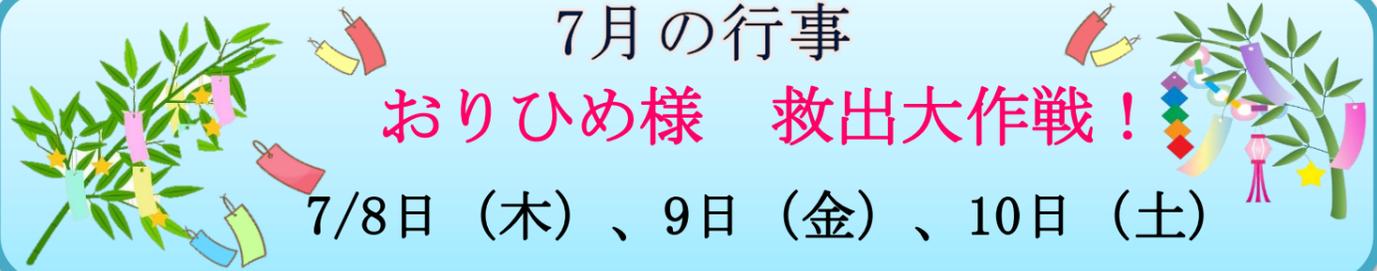
有澤 博光 様 石瀬 鉄夫 様 金森 信子 様 木村 由尾 様
黒谷 一美 様 小林 と志 様 八島 園枝 様



7月の行事

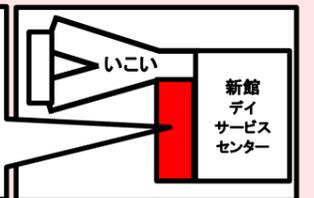
おりひめ様 救出大作戦!

7/8日 (木)、9日 (金)、10日 (土)



～利用者様、ご家族様へのお願い～

- ・コロナワクチンを接種された方は、早めに相談員までお知らせ下さい。
- ・新型コロナウイルス感染拡大予防の為、令和3年度の夏祭りin鳳鳴苑、文化祭は中止となりました。
- ・本館改修工事の為、6月末まで南北道路に工事車両が入り、通行に注意が必要です。ご理解とご協力よろしくお願い致します。



～サマークリスタル作り～



ビンやカップに模様を作ろう!

参加費:300円。

定員35～40名となります。

締め切り6月26日(土)まで。



6月壁画作り

～水芭蕉～





癒し&ビューティー体操



ビューティー体操



セルフマッサージ

マッサージで
リラックス！



瞑想中～。

顔のツボを
紹介！

ここのツボ
だったけ？

手のツボ
押してみます。

首、背中の筋肉
伸びています！

手を合わせて
胸の運動！

身体を動かして
筋肉を温めよ

癒しクイズ

一番リラックス出来る
お湯の温度は？

- 1.30度
- 2.45度
- 3.40度



口を動かして
元気良く！

口が良く動く
ようになったわ。

癒しクイズに挑戦しよう！

さあ
どれでしょう？

え～っと
何番かな？

笑いヨガ

おやつ

おやつは
あんぱん！

お腹パンパン。

ペロリと
頂きました～。

あんぱんが
1番好き。

あんぱんは
エネルギー！