

# えが お

9月号  
鳳鳴苑デイサービスセンター  
えがお  
令和5年9月10日  
<http://www.fukuhoukai.jp/>

おめでとうございます  
ございます

9月の誕生日の方

成瀬 清市様 村井 晃一様

木々の葉の色が変わり始め、秋の訪れも目に見えて分かるようになってきました。日差しにはまだ夏の名残もありますが、日の長さも随分と短くなりました。気温は少しずつ下がっているものの、まだ湿気の高い残暑が続いています。体感温度が30度を超える日も珍しくありません。

夏真っ盛りが終わったからといって、油断は禁物です。何となく体がだるい、食欲がわかない、やる気が出ない等、いわゆる夏バテとも共通する症状ですが、これらの症状は、夏だけではなく、涼しくなった9月以降に『秋バテ』として現れる事もあります。これからは、空気が乾燥し風邪をひきやすい時期となります、体調管理に気を付けお過ごしください。

生活相談員 明和 真百合

## 10月の行事予定

クイズTOYAMA えがお発見！

18日（水） ・ 19日（木） ・ 20日（金）

えがおあふれる喫茶店

24日（火） ・ 25日（水） ・ 26日（木）



## 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出来る拠点施設となるように努めます。
- 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出来る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働き、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。



この症状、

### 秋バテかも??

- |  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 疲れやすい、だるい     | <input type="checkbox"/> 立ちくらみがする   |
| <input type="checkbox"/> 食欲がない、胃もたれがする | <input type="checkbox"/> よく眠れない     |
| <input type="checkbox"/> 肩こりや頭痛がする     | <input type="checkbox"/> 便秘、下痢気味になる |
| <input type="checkbox"/> 無気力になる        | <input type="checkbox"/> 顔色がすぐれない   |

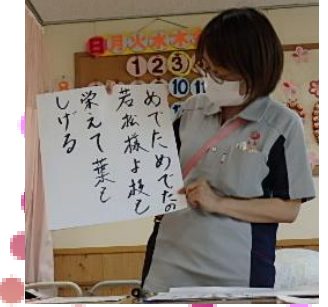
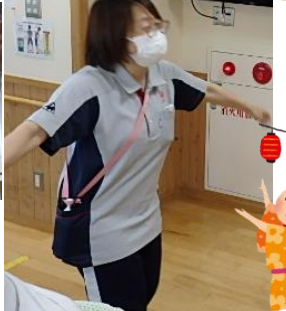
### 【お願い】

施設内はエアコンを使用しています。また、感染対策の為窓を開け、空気の入替えも行っています。その風を寒く感じるなど様々ですが、**長袖の脱ぎ着出来る服のご用意**頂ければ体温調整もして頂けると思います、どうかよろしくお願いたします。



# 行事

夏だ！みんなで歌って踊ろう



はあ～ やっしょう  
まっかしょ ♪



# 余暇活動

脳トレカード



いきますよ

計算問題



いろはカルタ



勝ったけ



鮎釣りに行かんなん

さかな釣りゲーム



声を叫びたいわんわん

# 体操

