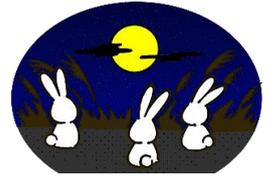




今月の目標



残暑が厳しいです。体調を整えて
元気に過ごしましょう！



過ごしやすくなってきた秋にも、体がだるい、食欲がないなどの体の不調が表れることがあります、これを「秋バテ」といいます。猛暑対策で、自律神経が乱れて起こる症状です。体を動かしたり、体が温まる栄養バランスの良い食事などで、秋バテにならないように注意しましょう。

『薬の飲み忘れ』はありませんか？



体調を守るための大切なものです。処方された通り、正しい時間に正しい量を服用するため、飲み忘れや飲みすぎを防ぐ工夫をしましょう。

- ☆ 一回分を一包化する
- ☆ お薬カレンダーとデジタル時計を一緒に置く
- ☆ 薬の小袋に日時を書く



※お薬のことや病気のことなどで心配事がある方は主治医の先生に相談しましょう。

夏祭り

各地で、祭りや花火大会などが中止となっております。雰囲気だけでも楽しんでいただければと、ヨーヨー釣りや輪投げ、神輿などを行い、おやつは、たこ焼きなどを作りました。



誕生会



今月の行事

- ・誕生会(11名様)
- ・特別メニュー
- ・敬老週間
プレゼントがあります

7名の方のお祝いをさせていただきました。

◎コロナ対策

飛沫防止パネル・換気・消毒などで、予防対策を徹底しておりますが、心配事などがありましたら、いつでもご相談下さい。引き続き、検温やマスク等での自己管理もお願い致します。