



## 〔今月の目標〕



### 水分、栄養、睡眠をとって暑い夏を

### 乗り切りましょう！



今年の梅雨は猛暑となり梅雨明けしてからは雨が続き、例年とは異なる夏の始まりでしたね。夏本番を迎え、今月も猛暑が予想され、熱中症が心配されています。暑さで体力が消耗し、内臓も弱りがちなので消化吸収力に優れたお魚を中心にタンパク質を選ぶと良いそうです。こまめな水分摂取や栄養のある食事に心がけましょう。

新型コロナウイルスですが、7月に入り感染者が急増し「福島県感染拡大警報」が発出されています。7月21日には1232人と初の千人超えとなり現在も最多更新をしている状況です。改めて手洗い、マスクの着用、3密の回避など基本的な感染防止対策を徹底し、新しい生活様式を続けていきましょう！

この夏は感染症対策に加え熱中症予防もしていきたいと思います。

※お願い！

県外からの来訪者や他県へのお出かけの際は  
御一報下さるよう再度お願い致します

今月の問題は、バラバラ合体漢字クイズにチャレンジ！  
次の漢字を合体させた漢字1文字、2文字の熟語を完成させて下さい。(答えは裏面にあります)

例) 木+ム+八=松

① 王+口+耳=□

② 合+竹=□

③ 又+車+土=□

④ 日+言+寺+十=□□

⑤ 言+月+正+日=□□

### 8月の行事予定

- ・誕生会(7名様) 8日(月)、30日(火)
- ・特別メニュー 5日(金)、20日(土)
- ・夏祭り週間 22日(月)~27日(土)



# 7月の誕生日会



皆さん、お誕生日おめでとうございます。これからもステキな笑顔を見せて下さい。

## ◎スペシャルゲスト◎



今回は3名のゲストにお越し頂きました。最年長の北島三郎さんは86歳になったそうです。氷川きよしさんは、ステキな笑顔で登場してくれました。福島のヒーロー若隆景も貫禄がついてきました。利用者さんも笑顔で迎えてくれました。一番人気は、やっぱり北島三郎さんでした。

## 特別メニュー



7月の特別メニューは7日(木)、20日(水)でした。

## 笑だるま



たくさんの笑いがデイサービスに響くよう願いを込めて作成しました。

## サマーショートボランティア



7月23日、25日、26日の3日間で小野高等学校より1名がボランティアに来ました。利用者さんもあたたかい目で見守り、帰りには「頑張れよ！」と声援を送っていました。その他、一生懸命に活動している姿を見て涙する方もおり、とても感動しました。

クイズの答え

①聖

②答

③軽

④時計

⑤証明