



## 【6/11 フラダンス】

オハナの皆様によります本格的なフラダンス！曲の度に衣装替え。とっても華やかです。「チューリップ」の振付を教えて頂き、全員で美しくフラダンスを踊りました。



## 【6/21 車椅子清掃】



埼玉県いきがい大学伊奈学園第20期卒業生の「ゆうゆうイレブン」の皆様による、毎年恒例となっております車椅子清掃。いつもとても丁寧に磨いていただきスタッフが驚くほど新品のようになって、ご入居者のもとに届けられました。ご好意に深く感謝申し上げます。

## 【6/22 歌謡ショー】 三崎ジュン歌謡クラブ



まさしく歌謡ショー。音響設備も完璧。華やかな衣装にプロ級の歌声。歌謡クラブの皆様はカラオケ教室の先生です。懐かしい歌を全員で一緒に歌いました。歌手になった気分でした！

## 【6/15 ピアノや 楽器を楽しむ会】 ♪ふれあいクラブの 皆様と共に♪



ピアノ、バイオリン、サックス、リコーダー♪  
たくさんの楽器の奏でる音と歌声。とても素敵で  
楽しい音楽会となりました。参加された皆様の歌  
声に感動いたしました。

## 【6/25 ギター演奏会】

ト音キーズ &  
ふれあいクラブ



美しいギターの音色  
と歌声に心が和み、  
そしてマジックにド  
キドキびっくり！

## 【7/7 傾聴ボランティア あゆみとの交流会】

活発な意見交換が  
行われました



毎月第1, 3日曜日に、各ユニットを訪問して下  
さりご入居者の皆様に寄り添って和やかな時間を  
過ごして下さいます。

# 8月 月間予定表

令和元年

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
			書道	裁縫	音楽療法	
4 傾聴(あゆみの会)	5 つばめはやて歌	6 パン販売	7 ウクレレ	8	9	10
11	12 	13	14 	15	16	17
18 『なつぱてお』	19 つばめはやて歌	20 パン販売	21 書道	22	23	24
25	26 つばめはやて歌	27 パン販売 傾聴みみの会	28	29	30	31
					音楽療法	

通常のレクリエーション: 10:30~11:30または14:00~15:00 書道: 特養14:00~14:30 デイ14:30~15:00

## 夏祭りのご案内

### 【勉強会のお知らせ】

7/30 (火) 16:15~1時間程度  
摂食と嚥下について 講師: 大塚製薬

7/31 (水) 16:15~1時間程度  
夏に起こりやすい感染症と食中毒の予防について  
講師: ニッコトラスト

御家族様、ボランティア、地域の方々等、ご参加  
お待ちしております。

日 時: 令和元年8月18日(日)  
16時~19時(移動時間がある為、  
御家族様は15:30頃において頂ければ  
幸いです)

場 所: はるばてお施設内外  
内 容: 盆踊り、和太鼓、職員の余興など  
焼きそば・駄菓子・ゲームなど  
の屋台もあります

☆屋台チケット: 1冊500円(当日事務所  
にてご購入下さい) ご入居者様分は別に1冊  
ご用意しております。お手数ですが当日は、  
上履きのご持参 お願い致します。

### <熱中症に気を付けましょう！>

温度・湿度が高い季節になってきました。家の中でじっとしていても、部屋の温度が高いために、  
熱中症になることが報告されています。熱中症は予防法を知っていれば防ぐことができるので、  
以下のポイントに注意しながら熱中症に気を付けましょう！！

#### ★予防のポイント

- ・喉が渴いていなくてもこまめに水分補給しましょう
- ・たくさんの汗をかいたら、スポーツドリンク等を使い水分と塩分も補給しましょう
- ・食事にはたくさんの水分と適度な塩分が含まれているので夏こそしっかり食事を摂りましょう
- ・室温は28℃を超えないようにエアコンや扇風機を使用しましょう
- ・無理せず適度に休息しましょう

管理栄養士 井原 希

### ★管理栄養士からの健康だより★

