



優 っ くり デ イ サ ー ビ ス

ほのぼの便り

平成 27 年 9 月 号

優 っ くり セ セ ラ ギ デ イ サ ー ビ ス
T E L 03-5790-0883
F A X 03-5790-0889
住 所 渋谷区西原1-40-10

ホームページアドレス

<http://www.foryou.or.jp/>



随時情報発信中！

ナース便り

熱中症になりやすい室内環境に要注意

たとえ室内であっても、熱・湿気のこもりがちな部屋では、知らず知らずのうちに脱水症状が進み、自覚症状がないまま熱中症になる場合があります。熱中症になりやすい場所で長時間過ごす際は、以下の事に十分注意しましょう。

1・風呂場

湯の温度は40℃程度にし、長くつかりすぎない。入浴の前後にコップ1杯程度の水を飲む。

2・台所

水分補給をしながら調理する。
換気扇を回す。

3・トイレ

窓を開けたり、換気扇を回したりして定期的に熱を逃がす。

4・2階の部屋・高階層の部屋

カーテンやすだれで日光を遮る。
室温をこまめにチェックする。
エアコンや扇風機を使い、室温が26～27℃になるよう温度調整する
(28℃を越えないようにする)

暑い夏に負けないでください！



オレンジカフェ開催予定！

9/22(月) 14:00～15:30

せせらぎ2階ラウンジにてオレンジカフェを開催予定！

お誘い合わせの上、ぜひ遊びにいらしてください

「人を良くする」と書いて「食べる」！？

先日外出先で、こんな看板を見かけました。皆様の事を思い出し、足を止めて見入ってしまいました。

「食」という字は「人」と「良」からできていることを皆様知っていますか？

おいしい！って心から思える食事していますか？

人に良くしていますか？

人に良いことをしていれば、おいしい！って思える食事ができると思うのです。笑顔でニコッてなれるはずなんです！

食の大切さを改めて考えさせられた内容でした。

皆様の活動のご様子です！

おひとりおひとりに合わせたプログラムのご提案させていただきました。自信の表情で参加されていますね。

最近では、「今日何するの？」と皆様から先手を受けているほどです！

がんばれ！職員！（笑）

《編集後記》ほのぼのクラブのご利用者様は、お部屋の大きな窓から見える景色が大好きです。最近では、深緑や、ピオトープの水蓮を眺めたり、百日紅の花に目を奪われている表情はとも素敵ですよ。皆様の優しい笑顔に私達のほうが癒されているようです。

坂本 美紀



優つくりデイサービスせせらぎ ～ほのぼのプログラム～



真夏の一大イベント、納涼祭が催されました！
一般デイ・認知デイ合同で模擬店や盆踊り、職員による太鼓や篠笛の演奏…賑やかなプログラムを楽しみました。



♪ 今月のおすすめ
せせらぎのお昼ご飯 ♪



献立表
ちらし寿司
すまし汁
鰻の天ぷら
賀茂ナスの田楽
デザート
漬物