



ゆめみの通信

7月号(2021年)

ゆめみのデイサービスセンター
取手市野々井1721番地 TEL:0297-85-3285



ごあいさつ

梅雨空の合間から、時々太陽が顔を出すと夏が近づいてきた事を実感させられます。今年は空梅雨のせいか、例年より紫陽花の花が少ないです。晴天が少なく、なかなか外に出ることもできませんでしたが、皆さん室内で元気にお過ごしいただきました。7月は、日差しも強くなってきますので、水分をしっかり取って、みなさま元気にお越しください！



また今年もこの季節が..。

ことしの紫陽花は..。

今年は、5月、6月の晴天続きで紫陽花が例年になく不作でした。でも部屋の中はあちらこちらに紫陽花の花を飾ることができました。じめじめした時に一服の清涼剤のようです。



今月の誕生日はゼロです～

6月は誕生日の方がゼロでした！ こんな偶然は初めてです～！ 壁の誕生日ボードも寂しいそうです。でも来月はたくさんの方が誕生日を迎えられます！ 盛大にいきましょう～！



～～ 施設(ゆめみの)からのご案内 ～～

★★コロナのワクチン接種について★★

5月より始まったワクチン接種ですが、皆様の体調管理を目的に、接種状況の確認をさせて頂きたいと存じます。接種予約が取れた方や接種がお済になりましたら、職員までお知らせ下さい。



★★ 8月の夏季休暇について★★

誠に勝手ながら8月13日～15日は夏季休業期間とさせていただきます。大変ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

6月の日記(スタッフブログより)

<http://yumeminoday.blog.fc2.com>



アジサイ祭りやりました～♪

今年は本当にアジサイが不作で、去年の写真と比べると雲泥の差です～！ でもでも、アジサイ祭りは今年もやりました～！ 残念ながらお天気が良くなく室内でしたが、みなさんに紫陽花の絵をかいて頂いたり、涼しげなゼリーなどのおやつも出ました～♪



またこの季節がきました～!

6月の初め位から出てきました…。トンガリ悪魔と呼んでいます…。食べると美味しいのですが、すぐに飽きてしまいます～！ どうしよう…



ナスとトマトが急成長～♪

「ゆめみの」の畑に植えたナスとトマトがずいぶん成長しました～♪ 5月の終わり頃に植えたのが1か月で急成長です～♪



～ ゆめみの保健室 (脱水症状に注意!) ～

脱水症状になっても高齢者本人が気が付かないことがあるため、周囲の人が気づいてあげる事が大切です。

「脱水症」のサイン

- ・軽度：皮膚の乾燥、唇がカサカサ、口の中が乾燥する、ボーっとしたり、ウトウトめまい、ふらつき、手足が冷たくなる。
- ・中度：頭痛、吐き気
- ・重度：体の痙攣、意識を失う



「脱水症」の予防法

- ・1日に必要な水分量を知っておく
食事以外に約1～1.5Lの水分摂取を。
- ・部屋の温度や湿度を調節する
無理に節電せず、室温を適切に保つ。
- ・定期的な水分補給
起床時、食前、入浴後、運動後などは特に水分補給が必要な時です。
- ・フルーツやゼリーなどでも水分補給
おいしく食べられ、自然と水分を摂取することができます。

◆ スタッフだよ ◆

「ゆめみの」にあるアジサイの花が咲きました。皆さんお変わりありませんか？ コロナ禍と暑い日々が続きますので水分の補給は十分にとって下さい。「ゆめみの」の御食事、利用者さんに喜んで頂けるよう、おいしい料理を作っていきます。この夏、暑さに負けないように元気に過ごしていきましょう。

調理担当 野中 美知代



梅雨に入り、なんだかはずきりしないお天気が続いています。みなさま体調は崩されていませんか？ 私も体調を崩さないように水分補給や体づくりをみなさんと頑張りたと思います。

生活相談員 清家 めぐみ