



ゆめみの通信

8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



梅雨が明けた途端、連日猛暑が続いています。庭に咲いたヒマワリも満開になりました。7月は雨や暑さを避けて室内での活動が増えました。七夕の飾りつけを実施いたしました。8月は暑さも本格化するようです。皆様方におかれましては暑さに負けず元気にお越しく下さい！



ヒマワリ満開♪

七夕の飾りつけ～♪

7/7は残念ながら曇りで、天の川を見る事ができませんでした。でも「ゆめみの」には、皆さんが作った天の川が登場しました～♪ 少しずつ作って頂き、最後は皆さんで記念撮影をしました♪



ゆめみの展覧会～？

「ゆめみの」の壁には、皆さんの力作が展示されています～♪ いつも何人か集まると即席の品評会が開催されます～。「この作品、いいんじゃない～？」とか「あら、ほんと！」なんて声が聞こえてきます～♪



～～ 施設(ゆめみの)からのご案内 ～～

★★ 夏季休業のお知らせ ★★

誠に勝手ながら下記の期間中を夏季休業期間とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。
8月13日(金)～8月15日(日)

★★ 館内温度の設定について ★★

熱中症予防のため、館内温度は27度に設定しています。暑さ寒さの感覚は人によって異なりますので、寒く感じる場合は上着などをお持ち下さるようお願いいたします。

7月の日記(スタッフブログより)

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



七夕まつりの続き～♪

七夕の日は、皆さんに短冊や飾りつけをしていただきました～。テーブルの上にあるアクリルボードに飾りつけをして、そこに願い事を書いた短冊を飾って頂きました～♪そして美味しいおやつの後には、恒例のゲーム大会もやり、みなさん大盛り上がりでした～♪



ヒマワリ咲きました～♪

梅雨明け前の大雨と突風で被害を受けたヒマワリですが、ようやく咲いてくれました～♪部屋の中にもたくさん飾りました～♪



今月の誕生日～♪

7月は4名の方が誕生日を迎えられました～♪気が付いたら全員、男性の方でした～。こんな事もあるんですね♪



～ゆめみの保健室(脳梗塞について)～

・脳梗塞とは？

動脈硬化(血管の老化)のために血液が流れなくなって起こる病気です。

・症状は？

初期症状はめまい、頭痛、吐き気、冷や汗、倦怠感など、**熱中症**と似ています。



・発症しやすい時間帯は？

睡眠中と朝の起床後2時間以内。夏の夜間は汗を多くかき脱水症状になりやすく、脱水症状によって血流が悪くなるので特に注意が必要です。

・予防方法は？

就寝前と起床後にコップ1杯の水を飲むことが脳梗塞予防の基本です。食事や運動、喫煙、飲酒など生活習慣の改善も重要です。日頃から安定した生活習慣を心がけましょう。

◆◆ スタッフだよ ◆◆

今年の夏は東京オリンピックをTV観戦し楽しみながら頑張っている選手の皆さんを応援しています。暑い中、本当にすごいです。

もうしばらく暑い日が続くと思いますが、こちらも「ゆめみの」みんなで一丸となって乗り切って行きましょう!!

生活相談員 渡辺 裕美子



今年は思ったより長梅雨でしたが、梅雨が明けた途端、暑い日が続いています。暑さに弱く、寒さに弱いワタクシにはつらい季節です。にも関わらず、庭の草花や野菜の水やり、芝刈りなど、暑い太陽の下に出る毎日です。しばらくはガマンの季節が続きますが、皆さん、暑さに負けず元気にお過ごしください。

施設長 兼 庭いじり担当 高尾 秀樹