

7月の行事

七夕

7月1日～6日まで七夕に関するレクリエーションを企画しています。1日～3日にみなさまと七夕飾り作りと短冊作りを行い、4日～6日にそれをもとにみなさまと楽しめるゲームを考えています。

みなさまの願い事は何ですか？

避難訓練

7月19日(金)

地震想定避難訓練をおこないます

◆家庭での準備

- (1) 緊急用品の備蓄
- (2) 避難場所の確認
- (3) 家具の固定
- (4) 防災グッズの準備

対策を日頃から意識し、定期的に見直すことで、地震発生時の被害を最小限に抑えることができます。防災意識を高め準備を怠らないようにしましょう。



睡眠の質をあげるために

寝る前にリラックスするための習慣を作ってみてはどうでしょうか？例えば、温かいお風呂に入る、読書をする、深呼吸や瞑想を試みるなどが有効です。

日中のストレスを軽減し、心を落ち着ける時間が作れるといいですね。



★なぞなぞ★

7月にだけ流れる川はなんですか？

答えは次号で

7月お誕生日の方

佐藤 登 様
丹野 脩一 様

<おめでとうございます>

寄贈

栄町 新館 様 パズル

橋本町 木村 様 チラシゴミ箱

～ありがとうございました～

しゃりん梅より

お願い

梅雨の季節に入り、しゃりん梅でも食中毒予防に気を付けております。

◇自宅から飲食物をご持参することはご遠慮ください。(必要ならば職員にお知らせください)

◇利用者さま間のトラブル防止の観点から、「利用者さまの間の物のやりとり」はお断りしております。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

夏も近づいてきて、暑い日々が続きます。ご自宅にいる際、気づかない間に部屋が暑くなり、熱中症になる場合があります。エアコンを効果的に使い、ときどき窓を開けたりして換気も行いましょう。

また、こまめな水分補給も心掛けましょう。



●6月号の答え・・・水芭蕉(みずばしょう)

しゃりん梅だより



7月号

令和6年7月1日発行

レクリエーション大会

しゃりん梅では、午後の時間にいろいろなゲームや体操をおこない、皆さまと一緒に体を動かしています。今月はレクリエーション大会と題し、職員とのじゃんけんゲームと風船バレーをおこなっていただきました。準備体操をおこないスタートです！じゃんけんゲームでは、勝った方が負けた方の顔にシールを貼らせていただきました。勝って喜ばれる方や負けてシールを貼られ悔しがられている方も、勝つまで何度もじゃんけんを挑む方もいらっしゃいました。風船バレーでは、風船を落とさないようにと皆さま、良い汗をかきながら真剣におこなっていらっしゃいました。

最後には鏡でご自身の顔を見られ、大笑いされておりました。これからも様々なレクリエーションを考えおこなっていききたいと思います。



～聖愛こども園の園児たちが来てくれました

聖愛こども園さまが色とりどりのお花を届けて下さいました。園児から手渡して受け取る利用者さまの笑顔がとても優しく温かさを感じました。歌も披露していただき、とても穏やかな時間を過ごさせていただきました。

ありがとうございます

