



5月みかん新聞



デイサービスセンター みかんの丘熊本市西区河内町白浜字堀切1440-2 TEL 096-278-4055

体調管理は大切です

5月に入り気温も暖かくなりました。過ごしやすい気候ですが、まだまだ朝は寒い日があります。日中が暑い日もあり、気温差が大きいので、体調管理に気を付けなければいけません。

それには、規則正しい生活を送る事が大切です。1日3回の食事、適度な運動、十分な睡眠。みかんの丘では、血圧・体温測定、個別機能訓練、バランスの良い食事、温泉入浴と、健康に役立つ取り組みを実施しています。意外と重要な、水分摂取にも力を入れています。暑くても寒くても水分補給はとても大切です。これからも、ご利用者様の体調維持の為に取り組んでいきます。



お知らせです

最近、食べ物・お菓子等を持って来られ、他者にも配られている方もいらっしゃいます。持病をお持ちの方もいらっしゃいますし、感染対策の為に、皆様の間での食べ物のやり取りは禁止しています。また、職員へ食べ物をあげようとする方もいらっしゃいますが、私たち職員はもらう事が出来ません。「いつも世話になっているから。」と、話されますが、お気持ちだけで本当に十分です。皆さまの言葉だけで、仕事への意欲へ繋がります。ご家族の方も含め宜しくお願い致します。

いちご大福作りました

ご利用者の方と、レクリエーションで、おやつ作りを実施しました。みなさん手際よく、出来上がりは、まさにスイーツ。

職員の"スイーツ男子"も、美味しく頂きました。また、作って下さい!!

