

こまめな水分補給を意識しましょう。
食事もしっかり食べましょう！！

発行： 老人デイサービスセンター福楽園
電話： 042-596-4112

6月の活動報告

6月は外部講師を招いて2回の講習会を実施致しました。

1つ目の講習は元気に夏を乗りきる為の『ハーブで免疫力をあげる』講習会。講習では、感染症予防や夏バテ防止を考え、胃腸の調子を整えるハーブを使用しハーブウォーターの作り方が紹介されました。香りを楽しみながらしっかり水分補給。

2つ目の講習会は、日常の消費生活で横行する詐欺にひっかからないように注意が必要な手口をお知らせする講習会。手口が巧妙になってきているのでテレビ等でも度々放送がありますが改めて知っておいた方が良い内容を講師の方よりお知らせしていただきました。



7月の目玉

16日 葉月舞踊劇団

21日 すずめの会

27日 ヨーラスIPPY

7月26日(水)

ドクダミ風呂

ドクダミは薬草としては十葉（じゅうやく）と呼ばれ、利尿・湿疹・腫れ物・蓄膿症などに効果がある。入浴剤にして薬湯にすれば腰痛に効果があるとか…

7月も盛りだくさんです！！

★通所空き状況のお知らせ★

	日	月	火	水	木	金	土
通所	☆	○	◎	☆	○	◎	☆

☆：空き多い／◎：空きあり／○：空き少ない／△：わずか

空き状況は目安です。送迎方面によっては調整が必要になります。

● 入浴の空き状況は
● ホームページを参照してください。

● <http://www.fukurakuen.jp>

● 8月の予定表は裏面です。