

庄の里デイサービスセンター



No.1は
最年少ユフティでした♪

**第2回キャバレー
～NAGOMI～
オープンです！
おつまみとお酒と共に乾杯～！
ステージの
ショーを楽しみました♪**

乾杯

**6月のおやつ作りは
バナナマフィン！
やっぱり手作りは
美味しいですね～♪**

**大人気！資生堂美容教室☆
2回目の開催でした♪
ハンドマッサージ、フェイスマッサージ
保湿にメイクと盛り沢山でした♡
メイクをしたら
お出かけしたくなりますね！**

8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
30	31					1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

8日 小池 和子 様 20日 秋岡 富子 様

 平尾 光正 様 22日 眞辺 昌子 様

17日 山口 眞弓 様

皆さんは脱水にならないために、何か工夫をされていますか??
 脱水を予防する為に、まずは1日に必要な水分量を把握しましょう。目安は体重×40ml
 そして、エアコンを使用して室内の温度を適温(高くても 28℃前後)に保つ事も有効です。こまめに水分を摂る時間を決めておく事も良いですね。ゼリーや水ようかん、フルーツなども水分補給になりますよ！しっかり対策をして暑さを乗り切りましょう！！

当日行事予定を変更する場合がございますので、ご了承下さい。