



山手デイサービスセンター  
ほのぼの通信

山手の夏！今年も山手夏祭りを開催させていただきました。

マスクの着用で少し窮屈ではありましたが、大いに笑って楽しいひと時でした♪



電話 072-685-2297

令和2年度 8月号

No. 5



山手のゴーヤ  
これがこうなって  
調理して美味しく  
いただきました♪  
ごちそうさまでした！！



山手デイサービスセンターからのお知らせ

看護：田野

暑い夏の終わりがやっと見えてきました！初めての経験をした2020夏でしたね。この先に待っている寒い冬を元気に迎えられるよう、夏のダメージを受けた体にやさしく寄り添っていきましょう。

栄養や水分不足の体に薬や栄養だけを与えても吸収する土台がなければ吸収率は上がりません。まずは皮膚にも体にも潤いを与えて栄養を取り込みましょう♪

昔ながらの梅干しや夏の苦みのあるお野菜とエネルギー補助食品を取り込むこともよいと思います。即効性はありませんが地味に毎日摂る事で3ヶ月後にはあれ？と変化が感じれると思います。

夏の終わりも手洗い・うがい・マスク・水分補給と笑ってワクワク過ごしましょう♪

来月の予定

- ★敬老会
- ★カレンダー作り

コロナの状況を見て楽しく過ごせるようにレクリエーションを考えていきます。

