

# スマイルスマイル新聞

7月号

令和6年7月20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや

## ショートステイ便り 短期入所生活介護事業所

日ごとに暑さが増してきて、梅雨ならではのジメジメした日が続いておりますが、お元気でお過ごしでしょうか。当施設におきましては、皆さまの熱中症対策に水分補給を徹底し室内の冷房設備も様子を見ながら使用しております。

夏の訪れを感じて頂くために七夕の短冊を展示し、天の川作りを皆さまと一緒に飾りつけました。

岡谷東高校生が授業の一環として、実習に来て交流する機会がありました。オセロで対戦され、良い脳トレ活動をしていました。

ご利用者から学生に「あなた身長大きいねえ。」「部活はなにをしているの?」「どんな勉強をしていますか?」と積極的に話しかけている方もいました。

お孫さんと話しをするような感じなのかと思いました。



## 厨房便り



☆夏の体調不良を予防するために

暑い日が続くと、十分な睡眠が取れなかったり、食欲がなくなったりと、だるさや体調不良となってしまうという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

のどが渇く前にこまめな水分補給を心掛け、冷たい物ばかりで胃腸を弱めないようになるべく温かい汁物も取り入れましょう。また、夏野菜きゅうりやトマトもおいしい時期です。汗をかくのでビタミンやミネラルも十分摂り入れましょう!

☆7/6(金)七夕メニューの紹介

ホタテご飯、豆腐とみょうがのすまし汁、豚しゃぶの酢味噌かけ、冷やし鉢(南瓜含め煮・揚げ茄子・冷そうめん)、七夕フルーツポンチ、お茶の時間に、フルーツ(すいか)でした。

# スマイルスマイル新聞

7月号

令和7年7月20日発行  
発行責任者:宮澤はつみ  
岡谷市長地片間町 1-11-1  
ウエルハートおかや

## デイサービス便り

蒸し暑い日々が続いておりますが皆様お元気でお過ごしでしょうか。



作品作り（紫陽花ランプシェード）

ビンゴ大会（賞品）

ゲーム カニの手でボール拾い

○デイサービスでは、6月26日・27日と作品づくりとして「紫陽花ランプシェード」をつくりました。書道の半紙とお花紙を使い、紫陽花の花を飾り筒状にしたものです。完成した作品を見て「上手くできたなあ」「もう少し色々な色を使えば良かったなあ」と皆さん喜んでおりました。

○7月8日・9日のビンゴ大会では、職員特製のストラップが用意されました。景品を見事当てた皆さんは、「今度も良いものを頂いた。」と笑顔いっぱいでした。

○7月19日は「カニの手でボール拾い」という新ゲームを行いました。カニの手を模った手袋をはめ、時間内に沢山ボールを拾いあげるというゲームです。「皆さん、難しいなあ、けど面白い」と喜んでおられました。



## ひまわり便り



## 紫陽花の花見外出



## 8月の予定

- ・ジャガイモの収穫
- ・芋餅作り
- ・芋の煮っ転がし
- ・大根の種まき



7月3日・8日に諏訪湖スタジアムの紫陽花を見に皆さんと外出をしてきました。お天気が良く暑い日でしたが、皆さん「キレイだね」「見事だね」と紫陽花を触ったりと楽しまれていました。この時期は高校野球もやっていて、お孫さんの応援で昔来たこともあるよと話をしてくれる方もいました。

◎ 一般型、認知症対応型共に利用の空きもありますので、振り替え利用、追加利用、曜日変更、夕食付き延長、お試し利用等 気兼ねなくご連絡ください。

電話:28-0755 担当:福田、武井、高澤、渡邊

ウエルハートのホームページです。スマホで読み取ってご覧下さい⇒



ホームページ まいぶれ諏訪