



あおぞらだより

No.243

令和3年7月31日

2 か月間と長かった梅雨が明け本格的な夏を迎えます
蝉の声や入道雲と夏空の青さが夏を際立たせています ここ数年の
暑さは昔とは違いまさに猛暑 酷暑です 感染対策はもちろんの
こと 熱中症対策にも気を配り 家に居るときはエアコンや扇風機
を付け暑さ対策をしましょう



夏の花

アコーディオン正岡しのぶ&ドラム浅岡尚樹 MAAASA コンサート 優しいアコーディオンの音色と軽快なドラム 懐かしのメロディーを皆さんで唄いました



7月より硬筆ペン字教室がスタート!!

字を書くことで楽しみながら脳を活性化しましょう!!



脳を鍛えて若返らせる時に有効なのが『書く』ことです 『書く』という
行動は広範囲にわたり脳の機能が鍛えられます
また手先を使うことで運動機能も鍛えられます
きれいな字が書けると生活が楽しくなりますよ!!



7月のリクエストメニュー ミートスパゲッティ



七夕メニュー そうめんとゼリー



栄養バランスの良い食事は脳を活性化させます
脳に良い栄養素を取り入れることで脳の血行を
促進させ神経伝達質の働きをスムーズにします

第12回 『アートdeリハビリ2021』に向けて

11月に遠鉄百貨店で開催します作品展で展示する作品作りを
利用者様と共に毎日励んでおります

〈ちぎり絵共同作品〉
ご期待ください!



職員より

オリンピック パラリンピックの連日の熱戦に前回の
東京大会を思い出した方もたくさんいらっしゃるのでは
ないでしょうか 利用者の皆様と育てた朝顔がきれいに
咲きました トマトの収穫もうすぐです まだまだ暑い日
が続きます 水分をしっかりと摂って美味しいものをたくさん
食べ 休養もしっかり取り 猛暑を元気に乗り切りましょう

シエロアスール 高橋かず江