

大垣市

お勝山共生型デイ便り

令和6年6月号

水田には青々とした若苗が並ぶ季節となりました。カエルの鳴き声も聞こえてきます。梅雨を迎える時期でもありますので、体調を崩されませんようお気をつけください。6月も手作りおやつや父の日行事など予定してご利用をお待ちしております。

活動紹介



<母の日行事>



ペーパーフラワーのカーネーションを小さな紙皿に色とりどりのビーズとともに貼っていただきました。



<手作りおやつ フレンチトースト>



卵と牛乳と砂糖に食パンを浸して、焼いたらできあがり!「やわらかい」「おいしいね」と喜ばれました。

<ボランティア>

いきいき楽々さんとテツ&トマトさんに来ていただきました。



<特別給食 天丼>

五種類の具材の天丼ですよ♪



<バラ散策>



神戸町のバラ公園いこいの広場へ出かけました。色とりどりのバラの花に皆様「きれいね」と嬉しそうでした。

おしらせ



☆出張理容トマトが6/24(月)にあります。(カットのみ2,400円、顔そりのみ1,100円です。)希望される方は職員にお申し出下さい。

今月のおすすめ 健康情報

<6月は梅雨の季節です>

梅雨を元気に過ごすには、規則正しい食生活や入浴をして、身体が冷えたりむくんだりしないように日頃から対策をしましょう。

また、湿度とも上手く付き合い、エアコンや布団乾燥機などのアイテムを使いながら、生活環境を整えることも大切です。

また、運動不足にならないようにできる範囲で身体を動かし、梅雨を快適に過ごせるように心掛けましょう。

調整しやすい服装で、いらして下さいね!

