

大垣市 お勝山共生型デイ便り

令和6年9月号

いつまでも暑さが過ぎやらぬ毎日ですが、お変わりなくお過ごしのことと存じます。8月は盆踊り大会やデイサービスの夏祭りを無事に開催することができ、皆様楽しんでいただけたことを嬉しく思っております。9月の行事も楽しみにしてください。

活動紹介

<お勝山盆踊り大会>



お勝山盆踊り大会に参加し、盆踊りの曲に合わせて手を動かされたり、ヨーヨー釣りやその他のゲームを楽しまれました。



<特別給食 焼きそば>



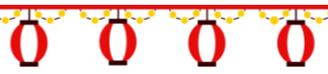
ホットプレートを使用し、皆様の目の前で焼きそばを焼いて食べていただきました。センター内にいい匂いが漂い、食欲をそそられた方も多く、おかわりをされる方もおられました。

おしらせ



☆出張理容トマトが9/17(火)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。

<デイ夏祭り>



デイサービスの夏祭りを開催しました。スーパーボールすくいやヨーヨー釣り、輪投げ、射的、お好み焼き、アメリカンドッグ、かき氷と盛りだくさんでした♪



今月のおすすめ 健康情報

<9月は秋バテに注意！>

9月になりまだまだ暑い日が続きますが、この時期に気を付けたいのが秋バテです。

寒暖差や冷たいものを食べ過ぎることにより、食欲不振や疲れやすくなるなどの症状が現れることが多いです。

こんな症状がでたら、秋バテかも！？

- ・体がだるい・食欲がない・やる気が起こらない
- ・一日中眠い・朝スッキリ起きれない
- ・寝つきが悪い

このような症状がある時は気を付けて過ごしましょう。

調整しやすい
服装で、いらして
下さいね！

