



洗心園ニュース



日中はまだまだ暑さを感じますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

8月は、暑い時期ではありますがしっかり暑さ対策を行いながら夏祭りで盛り上がりしました。冷たいジュースすくいや懐かしいヨーヨー釣り、ミニゲームで景品をもらったり、出店風の焼きそばやアイスクリームもしっかり食べて楽しみました。

夏祭りに合わせて毎年たくさんのスイカをいただきます。こちらも後日のおやつにみんなでたっぷりいただきました。真夏日・猛暑日の続く中、90%が水分のスイカは水分補給にもピッタリで、身体の水分バランスを整えてくれるカリウムも豊富に含んでいます。皆さん、「甘くて美味しいね～、久しぶり」「もう少し食べたい!」と美味しく・楽しく、水分補給が出来たようです。

これから少しずつ涼しくなってきますが、まだまだ熱中症予防が必要な時期です。暑さが和らいできると水分補給がおろそかになりやすくなりますが、お茶もちろん、お好みの飲み物なども取り入れながら、こまめな水分補給で体調を整えていきたいと思います。

9月は敬老祝賀会を行います。皆さまも暑さを元気に乗り切って、是非ご参加下さい。



8月の誕生会 お昼は助六寿司でした



今年の夏まっりは更にパワーアップ



【9月の特養の行事予定】

- 2日 体重測定
- 15日 敬老祝賀会・家族会総会
- 16日 誕生会・買物
- 17日 合同法要
- 25日 茶道クラブ
- 28日 散髪・書道クラブ
- 30日 ミニ喫茶

※行事は中止・変更になる場合があります。



管理栄養士と食について会話が弾みます

令和8年9月ー259号
管理栄養士