



6月の行事レクは、**音楽祭**です🎵  
6/25(火)26(水)を予定しています!!  
音楽といっても、唄に演奏に踊りにと、  
みやびの音楽祭は盛り沢山!!お楽しみに!!  
(写真は昨年の様子です)



現在、デイサービス来所時に着替え等のお荷物を預らせて頂いておりますが、ご自身で手元にお持ち頂いている荷物(バッグ、小物等)に関しましては、各自で責任をもって管理して頂くと同時に、貴重品(お金等)は持参されませんようにお願い致します。万が一ご自身で管理されているお荷物の紛失等ございましたら、こちらでは一切の責任を負いかねますので、何卒御理解、御協力頂きます様、宜しくお願い致します。

## 6月のイベント・レクリエーション

\*イベント・レクリエーションの日程等は、都合により変更になることがあります。

日	月	火	水	木	金	土
						01
02	03	04	05	06	07 🌸香りの湯🌸	08
09	10	11	12 🌸香りの湯🌸	13	14 ✂️理美容サービス✂️	15
16	17	18	19	20 毎月20日は おいしいデー	21	22
23/30	24	25 みやび音楽祭🎵 🌸香りの湯🌸	26	27 ✂️理美容サービス✂️	28	29 🌸香りの湯🌸

みやびの

美味しいお昼ご飯!!



### 5月13日のメニュー

- 牛肉の胡麻酢かけ
- 南京煮
- 鰯煮
- ご飯
- 味噌汁

### 5月24日のメニュー

- 野菜天婦羅
- 茶碗蒸し
- 蛸と胡瓜の酢の物
- ごま豆腐
- えんどう豆ご飯



今日も美味しく、ごちそうさまでした!



## 水分補給の大切さ

年間を通じて意識しておくものですが、特に暑くなってくるこの時期に大切なのが「水分補給」です。水分が不足し脱水状態になると、血液が濃くなり、脳梗塞や心筋梗塞などの病気、せん妄(一時的な意識障害や認知機能の低下)などを引き起こす原因になります。

お茶や水が望ましいですが、御本人が飲みやすいものを、飲みやすい温度で、こまめに摂取することが大切です。また、運動や入浴の前後、寝る前や起きた直後、夜中にトイレに行った際など、飲むタイミングを意識してみてください。今年も暑い夏がやってきそうですが、元気に乗り切っていきましょう!!

5月の美味しいデーは、懐かしい和菓子屋さんの「ふんわり抹茶サンド」でした。



**理美容サービス** 5月の理美容サービスは  
6月14日(金)・27日(木)に行います。  
ご希望の方はスタッフまでお申し出ください。



ワクチン接種を受けられましたらお教えてください。新型コロナウイルス感染症は、未だ終息することなく続いています。デイサービスをご利用される日は検温し、体調に変化がないかを送迎担当スタッフへお申し出ください。検温出来ていない時は送迎スタッフが代わって検温いたします。ご協力をお願いいたします。

# 春のみやび祭り

春のみやび祭りは、ジェスチャーゲームや洗濯バサミを使ったゲーム、スタッフの生い立ちクイズなど、明るく楽しいゲーム祭りといった装いでさせていただきました。  
笑いあり、必死さありで皆様楽しんで頂けましたでしょうか!!



## 機能訓練で日常生活を元気に過ごしましょう!

『平行棒を利用して運動しています』

機能訓練を実施されている7~8割の利用者さんは、平行棒を利用して運動されています。平行棒を把持することで体幹が安定し、脚に力が入り易くなります。また、平行棒を把持していることで安心感が生まれ、色々なプログラムを実施することが可能になります。脚力の維持や強化には上肢(手)は不可欠です。

このように、平行棒は自宅においては「手すり」に該当します。段差のある場所に「手すり」を取り付けることで転倒防止になり、安心・安全に生活ができます。「手すり」の設置費用や福祉用具購入にも介護保険が適用されます。

自宅での設置を検討される際には、皆様の担当ケアマネジャー様へのご相談や、来所された際に仰って下されば、ケアマネジャー様にお伝えさせていただきますので、ご相談ください。

機能訓練指導員 林 宏

## みやび温泉「香りの湯」

今月は、「お楽しみに」となっています。どうぞご堪能下さい。

6月7日(金) 12日(水)  
22日(土) 25日(火)に行います。

みやびのお風呂でからだの芯から温めて、健康で清潔な日々を過ごしましょう。

## 写真を募集しています。

みやびでは、皆様参加の紙面構成を目指しています。ご利用者様、ご家族様から広く募集しています。気軽にスタッフまで声掛けをお待ちしています。

お誕生日おめでとうございます!  
5月にお誕生会をされた方

5月8日生まれ

4月26日生まれ

誕生日おめでとう!  
日頃の感謝の気持ちを込めて。

5月25日生まれ

## 5月の手芸

5月の手芸  
「はぎれのリース作り」の作品です。

6月は「手作りガーランド」の予定です。お楽しみに!!

## 5月壁飾り、レクレーション

### 新型コロナウイルス感染症マスク着用について

マスク着用は政府の方針で徐々に緩和されてきています。普段は外しても良し、人の集まる所でも着用は個人の判断で良し、となっています。ただし、高齢者が多く集まる施設では今まで通りマスク着用を継続することとされています。デイサービスをご利用される日はご協力をお願いいたします。

ご利用キャンセルは急きょお休みされる場合は当日朝にお手数ですが、午前8時30分ごろまでに当事業所まで、ご連絡下さい。また、あらかじめ確認可能なお休み(受診や私用によるもの)については送迎時もしくはお渡ししている連絡帳に記載をお願いいたします。