



8月の行事レクは、夏のみやび祭りです♪
今年の夏は、8/21(水)22(木)の2日間、
ゲーム屋台や駄菓子、盆踊り等で楽しんで
頂けるようにと企画中です!!
暑さ厳しい毎日ですので、もちろん涼しい
屋内で、ひとときの風情を感じて頂けたら
うれしいです。お楽しみに!!



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。

8月のイベントカレンダー

*イベントの日程等は、都合により変更になることがあります。レクリエーションは日々変わる物を行っています。

日	月	火	水	木	金	土
				01	02	03
						♨️香りの湯♨️
04	05	06	07	08	09	10
		♨️香りの湯♨️				
11	12	13	14	15	16	17
				♨️香りの湯♨️ ✂️理美容サービス✂️		
18	19	20	21	22	23	24
	♨️香りの湯♨️	毎月20日は おいしいデー	夏のみやび祭り			
25	26	27	28	29	30	31
			♨️香りの湯♨️		✂️理美容サービス✂️	

みやびの

美味しいお昼ご飯!!



7月18日のメニュー

- ・天婦羅盛り合わせ
- ・ひじき煮
- ・ほうれん草の酢の物
- ・ご飯
- ・お味噌汁



7月26日のメニュー

- ・ハンバーグ
- ・サラダ
- ・スープ
- ・ご飯
- ・西瓜



今日も美味しく、ごちそうさまでした!

7月の手芸

7月は6月の「手作りガーランド」が好評だったこともあり半月程継続しました。後半から8月にかけては、ご利用者様から教えて頂いた「牛乳パックで小物入れ」を制作しています。ぜひお楽しみ下さい!!



7月の美味しいデーは、懐かしい和菓子屋さんの“くずきり”でした。



理美容サービス 8月の理美容サービスは
8月15日(木)・30日(金)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。

七夕祭り(小さな夏祭り)

今年もみやびに笹の葉がやってきました。皆さん思い思いの願い事を短冊にしたため、ちょっとしたお願い事、家族の健康、壮大な物語などが飾られていました。また、天の川にちなんだゲーム等も盛り上がり、楽しんで頂けていたら幸いです☆



お誕生日おめでとうございます！
7月にお誕生会をされた方

7月1日生まれ 7月3日生まれ 7月10日生まれ

Happy Birthday for you

7月12日生まれ

7月12日生まれ 7月13日生まれ 7月14日生まれ

7月22日生まれ 7月24日生まれ 7月29日生まれ

機能訓練で日常生活を元気に過ごしましょう！

『高血圧症と運動療法(機能訓練)』

高血圧のお薬(降圧剤)を服用されている利用者さんは多く居られます。高血圧が続くことで、脳の中の細い血管壁を脆くし、膨らみ瘤(こぶ)ができます。その状態で更に高血圧が続くとその一部が破裂して脳内に出血します。(高血圧性脳出血)

その予防策として、毎日忘れずに降圧剤を服用することが一番大事です。そのほかに食事療法による減塩や、運動することで血管機能が改善し降圧効果が得られます。運動療法はハード過ぎても効果は期待できません。

「みやび」でのグループで行っている機能訓練(運動療法)は、最も効果が期待される、

- ✓鼻呼吸から口呼吸に切り替わる位の強さ
- ✓息切れが発生する一歩手前
- ✓軽息が弾み、軽く汗ばむ
- ✓笑顔を保って、会話ができる程度等を心がけて実践していただいております。

加齢とともに服薬量の増加を防ぎ、現状維持以上の効果を目標に日々努力されています。

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。

8月3日(土) 6日(火) 15日(木)

19日(月) 28日(水)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。

みやび便りでは、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。

7月レクリエーション



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。