



ほほえみたより



ほほえみ目標 おもてなしの心を大切に！！

暑い日が続きますが皆様いかがお過ごしでしょうか。これから「熱中症」に気をつけて下さい。特に高齢になるにつれ、汗をかきにくくなったり体内に熱がこもったりします。また水分不足になりがちなので、小まめに水分補給をして下さい。

ポイントカードについて
・毎月15日とお誕生日はポイント2倍デーです！
ポイント満了で景品プレゼントいたします。
お楽しみに (*^。^*)

おやつ作り



いい匂い、
美味しそうに
焼けたわ

月に4回程、手作りおやつを焼いて温かい物を食べてもらいます。エプロンをしたお母さん方は、いつも笑顔一杯です。

迷迎時間について
なるべく定時での送迎を心がけておりますが、交通事情や他の利用者様の状況によって、時間に差が生じますので、ご理解頂きますようお願い申し上げます。



お弁当
枝豆ごはん
サバの塩焼き
がんもの煮付
青梗菜の和え物
すまし汁
フルーツ

警察官に講話してもらいました



容疑者確保



おやつ作り
ジャガイモを潰して、甘タレをつけてホットプレートで焼いて食べました。新じゃがで作ったおやつは、最高でした。 (*^。^*)

夏祭り

夏祭り
日にち：7月20日(木)
7月21日(金)
7月22日(土)

今年度の夏祭りは3日間の開催を予定しております。ヨーヨー風船や、輪投げでの景品を楽しみになさって下さい。また、ボランティアさんも来所され、サプライズの出し物も見られるかも知れません！！

七夕さま・・・7月に入りましたら短冊に願い事を書いて、笹に飾りましょう。
音楽療法・・・7月5日(水)
7月13日(木)

午睡(お昼寝)・・・30分

食後、ゴロンと横になって胃腸の働きを助けることは良い。
右側を下にして寝るとより良い。

なぜ???

胃の出口(小腸へつながる)は右側にあるため、右を下にすると早く出て行く。

食後すぐ寝ると... 食べたものが逆流しやすい

↓

- ・逆流性食道炎
胃酸が逆流して食道が荒れる
- ・誤嚥性肺炎
胃食道逆流により、肺炎を患やす

どうすればいいの???

食後 1~2時間 は、横にならぬ方がよい。
ほほえみでは...
食後30分は、横にならず
読書・テレビ・おしゃべりを
楽しみましょう。

誤嚥からの肺炎に注意！
昼食前に、看護師から肺炎や逆流性食道炎にならないための食事時や食事後の注意点を、分かりやすく説明してもらいました。「食べたなら、直ぐに寝ないでくださいね！」

お誕生日会

今月は女性4名様がお誕生日を迎えられます。皆さんとお祝いさせて頂きます。「Happyバースデーチュー」
Happyバースデーチュー
いつまでも
いつまでも
お元気で

