

9月

ふれあいだより

令和 8 年 9 月号

朝夕は少しずつ涼しくなり、秋の訪れを感じる季節となりました。
皆様いかがお過ごしでしょうか。

9月は敬老の日や秋分の日など、行事の多い季節です。
デイサービスでも、皆さんに季節を感じていただけるような
活動を計画しております。

水分補給や休憩をしっかりと取りながら、熱中症予防に努めてまいります。
まだまだ暑い日が続きますが、体調に気をつけて、
今月も元気にお過ごしください。

9月は敬老の日があり、節目を迎えられた方には
表彰させていただきます。



作品づくり

ぶどう・コスモスの壁飾り



コスモス畑の壁面作品



9月の音楽療法・ボランティア活動予定

9月は以下の予定で音楽療法や
ボランティア活動を行います。

9/1	音楽療法
9/9	音楽療法
9/16	楽生会
9/25	ミニバラ研究所 とんちんかん劇場



お誕生日会

女性 5 名、男性 2 名が
お誕生日を迎えられます。
皆さんでお祝いを
しましょう！



お し ら せ

9月の機能訓練の予定
今月は、75 単位です
(月によって変動があります)

秋の健康クイズ

問題：秋になると気温が下がってきます。

健康のために特に気をつけたいことはどれでしょう？

- ① のどが渇かないので、水分を減らす
- ② 朝晩の気温差に合わせて、衣服を調節する
- ③ 寒くなってきたら、なるべく体を動かさない

正解は……②

秋は朝晩と日中の寒暖差が大きくなる季節です。

カーディガンなど脱ぎ着しやすい服を活用して、上手に体温調節しましょう。

また、涼しくなると水分補給を忘れがちです。

秋でもこまめな水分補給を心がけましょう！



山県市社協 デイサービスセンターふれあい

〒501-2113

山県市高木 933 番地

TEL : 0581-23-2030

FAX : 0581-23-2031