

# 8月のカレンダー

令和 5 年 土谷デイサービスセンター大町

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 ボール体操 転ばない体操 一緒に投げ輪 【上肢の運動】 (マッサージ)	2 棒体操 転ばない体操 橋おとし ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	3 お手玉体操 転ばない体操 色玉合わせ 【頭・上肢運動】 (マッサージ)	4 ストレッチ体操 ぼけない体操 ペットボトルキャップはずしゲーム 【指・上肢運動】 (マッサージ)	5 ボール体操 転ばない体操 私が 選別人です 【上下肢頭体操】 (マッサージ)
6	7 重鎮バンド運動 ぼけない体操 おじゃまん ピック 【上肢の運動】 (マッサージ)	8 棒体操 転ばない体操 流し取り ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	9 セラバンド体操 転ばない体操 紐を引張れ！ 【上肢の運動】 (マッサージ)	10 ボール体操 ぼけない体操 運試し 【手・上肢運動】 (マッサージ)	11 セラバンド体操 転ばない体操 色玉合わせ 【頭・上肢運動】 (マッサージ)	12 ストレッチ体操 転ばない体操 ペットボトルキャップビリヤード 【上肢・頭体操】 (マッサージ)
13	14 お休みです	15 お休みです	16 ストレッチ体操 転ばない体操 足相撲 【下肢の運動】 (マッサージ)	17 セラバンド体操 転ばない体操 お手玉ポン 【手・上肢運動】 (マッサージ)	18 ボール体操 転ばない体操 書道の時間 【上肢の運動】 (マッサージ)	19 重鎮バンド運動 ぼけない体操 紐を引張れ！ 【上肢の運動】 (マッサージ)
20	21 ストレッチ体操 転ばない体操 一緒に投げ輪 【上肢の運動】 (マッサージ)	22 お手玉体操 転ばない体操 私が 選別人です 【上下肢頭体操】 (マッサージ)	23 ボール体操 転ばない体操 運試し 【手・上肢運動】 (マッサージ)	24 ストレッチ体操 転ばない体操 ペットボトルキャップはずしゲーム 【指・上肢運動】 (マッサージ)	25 重鎮バンド運動 ぼけない体操 おじゃまん ピック 【上肢の運動】 (マッサージ)	26 棒体操 転ばない体操 ペットボトルキャップはずしゲーム 【指・上肢運動】 (マッサージ)
27	28 棒体操 ぼけない体操 流し取り ゲーム 【上肢の運動】 (マッサージ)	29 セラバンド体操 転ばない体操 風船ゲーム 【手先の運動】 (マッサージ)	30 夏祭り	31 お手玉体操 転ばない体操 お手玉ポン 【手・上肢運動】 (マッサージ)		

## 【 お知らせ 】

- ※ カレンダーに、レクリエーション予定を記載しておりますが、その日の状況やご利用者様のご希望等により、内容を変更させて頂く事もございますのでご了承ください。
- ※ 16日(水)「散髪」があります。有料です。ご希望の方は、申込用紙をお配りします。
- ※ 30日(水)「夏祭り」を開催します。暑かった夏の終わりを、楽しく過ごしましょう。ぜひ、追加でのご利用お待ちしております。

## 《お誕生日おめでとうございます！》

- ※●●様：いつもハツラツと若々しい●さんです。これからもお体を大切にして、楽しい1年になりますように♡
- ※●●様：暑い日が続きますが、体調崩されないようにお体を大切にして、これからも楽しく過ごして下さいね。
- ※●●様：いつも穏やかな木村さん。これからもお体を大切に、デイサービスで楽しく過ごして下さいね。
- ※●●様：いつも明るく、何事にも真剣に取り組まれている姿を見て、カッコいいなと思っています。これからもお体に気を付けてデイサービスで過ごして下さい。ステキな一年になりますように。
- ※●●様：いつもお料理の素敵なアイデアを教えて頂けること、楽しみにしています。これからもデイサービスで楽しくお元気に過ごして下さい。

## 《 お知らせとお願い 》

- 8月14日(月)・15日(火)は、夏季休暇を頂きます。  
この日にご利用予定だった方は、他の日にぜひ、振り替えてご利用下さいますようお願いしております。スタッフにお声掛けください。
- また、先日、「温暖化」ではなく「沸騰化時代」に突入したと発表がありました。その通り、ものすごい猛暑の日が続いております。本当に大変です。クーラーや扇風機を上手に活用し、水分・栄養・そして睡眠をしっかりとって熱中症にならないように気を付けて下さいね。
- とにかく暑い日中には、出来るだけ外に出回らない事ですね！



熱中症予防!

# 7月の皆さんの笑顔フォト

7月の壁飾り

「風鈴屋さん」ですね。

昔は、夏になると風鈴をたくさん飾った屋台を引いて売っていましたね。

アイロンかけが上手です。  
久しぶりに、アイロンかけたよ。  
気持ちいいね！

七夕の飾りを皆さんで作りました。きれいに出来ました。  
皆さん良い笑顔ですね！

久しぶりにボランティアの皆さんに来て頂き、楽しい時間を過ごしました。

