

愛老園 デイサービス通信

stay in peace

R7.7月号

No.24

まだ梅雨明けはしていませんが、真夏のような暑い日が続いています。ニュースで、熱中症で〇人死亡などと聞かれます。熱中症になる一番多い場所は以外にも家の中が一番多いそうです。大丈夫だと思っても、天気予報で28度以上になる時は迷わずエアコンを使用して下さい。そして何度も申し上げますが、水分を摂って下さい。一度熱中症になると後遺症があるようです。伊勢崎市の夏は全国でいつも上位です。皆さんで全国トップの暑い夏を乗り切りましょう！！



暑い中、収穫のお手伝いをして下さり、本当にありがとうございます。おかげ様でおいしいおやつを頂けています。ホクホクのじゃが芋もとても好評で良かったです。栄養満点ですね。



腰痛予防ストレッチの風景です。手がよく上がっているようです。腰の回りの筋肉をほぐして、腰痛知らずになって下さいね。



デイサービスにはきれいなアジサイが咲いています。職員はこのアジサイに癒されています。……キレイですね。