

やまと通信 八月号

デイケア新スタッフ紹介☆
三 氏家愛 宜しくお願いします

土用丑の日！うなぎ！



今年も猛暑！熱中症予防
に水分補給！（'Д'；）！

人間の体の水分量は体重の50～70%を占めていますが、高齢者では50%程度まで減少します。そこで水分摂取のポイントをご紹介します。

◆こまめに◆意識的に◆寝る前、朝起きた時も汗には水分だけでなくミネラルも含まれているので水だけでなく市販のスポーツドリンク等も活用して積極的に水分補給しましょう。

8月の行事予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日	2日	3日	4日	
	指先を鍛えよう！ 折り紙・花紙制作					
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
	体を使おう！ 棒体操・ストレッチ体操					
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
	頭を使おう！ 漢字・算数プリント					
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
	みんなで頑張ろう！ 壁面作成					
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
	楽しく歌おう！ カラオケ大会					

利用状況 6月30日現在

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
A(10時～15時)	○	△	△	△	△	○	
B(9時～16時)	○	○	△	○	○	○	△

○:利用可能 △:定員残少数(お住まいの地域により要相談)

社会福祉法人 大和福寿会
介護老人保健施設 やまと塩竈
通所リハビリテーション
事業番号：0450380027
〒985-0087 塩釜市伊保石 20-1
TEL：022-363-3211
FAX：022-361-8408
HP：http://www.yamato.or.jp

