



リハビリの一環として、利用者様が紙折りをしてお楽しみいただけます

めくもいだよ!

令和4年6月号



春と夏の変り目である「梅雨」の季節となりました。ふんわりとした温かさから、ガラッと「ジメジメ」とした雨ばかりになりましたね。熱中症は曇りや雨の日でも注意が必要です。梅雨の時期は気温も、湿度も、高いので十分な水分補給や、熱を外へ逃がしやすい服装をするようにしましょう。また、食中毒が増える時期でもあるので併せて注意していきましょう!

5月 食事メニューのご紹介



「静岡県」と言えば?



お買い物上限額 1,000円

6月の行事食メニュー

10日(金) 郷土料理 & ご当地グルメの日【静岡県】
 16日(木)~19日(日) めくもりカフェ
 20日(月) 選択メニューの日
 「豆腐チャンプルーorオムレツのトマトソース」
 30日(木) コーヒー・紅茶の日 & フォンデュ

お菓子の移動販売 13日(月)・14日(火)・15日(水)

6月 レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
現在感染症の影響によりボランティア様の来所を休止しています			1 脳トレ	2 ドライブ	3 ドライブ	4 ドライブ
5 脳トレ	6 ドライブ	7 ドライブ	8 ドライブ	9 ゲージョ	10 ゲージョ	11 7月カレンダー作り
12 7月カレンダー作り	13 7月カレンダー作り	14 7月カレンダー作り	15 7月カレンダー作り	16 めくもりカフェ	17 めくもりカフェ	18 めくもりカフェ
19 めくもりカフェ	20 ボーリング	21 ボーリング	22 NHK懐かしいDVD鑑賞	23 NHK懐かしいDVD鑑賞	24 NHK懐かしいDVD鑑賞	25 脳トレ
26 脳トレ	27 脳トレ	28 消防訓練	29 壁画作り	30 壁画作り	30 壁画作り	30 壁画作り

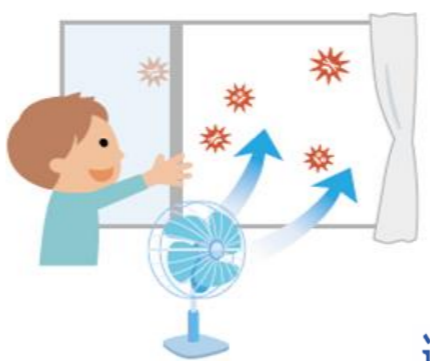
※予定は諸事情により変更することがあります。ご了承ください。当施設にはAED(自動体外式除細動器)が常備設置されています

<お知らせ> 利用日に休まれた方。追加変更出来ますので、職員又はケアマネージャーにご連絡ください。また、利用日の曜日変更も可能です。お気軽にお尋ね下さい

これからも続けたい感染予防の基本の「き」

「密閉」空間にしないよう

こまめな換気を!



- 風の流れることができるよう、**2方向の窓を、1回、数分間**程度、**全開**にしましょう。換気回数は**毎時2回以上**確保しましょう。
- 窓が1つしかない場合でも、入口のドアを開ければ、窓とドアの間に空気が流れます。扇風機や換気扇を併用したり工夫すれば、換気の効果はさらに上がります。

通常家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで、換気を行っていません。別途、換気を確保してください。また、一般的な空気清浄機は、通過する空気量が換気量に比べて少ないことから、新型コロナウイルス対策への効果は不明です。

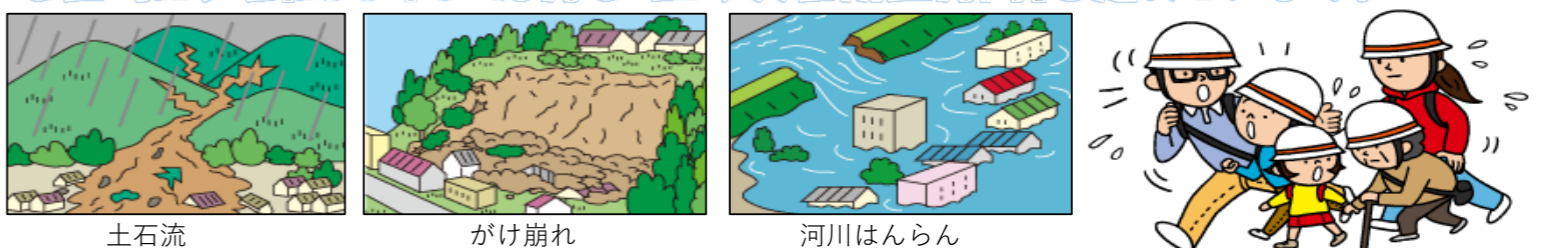
換気しよう

5月の様子



みんなで防ごう土砂災害 土砂災害防止月間 6/1→30

地球温暖化に伴う気候変動により、熱帯低気圧の強度が増大するとともに、大雨の頻度も増加する可能性が高く、土砂災害の増加、激甚化が懸念されています。毎年各地で土石流、がけ崩れ、河川氾濫など、人命、財産に大きな被害が発生しています。国土交通省では、土砂災害の防止と被害の軽減を目的に、昭和58年より6月を「土砂災害防止月間」と定めています。



安全に避難するためには、早めの避難を心がけましょう。夜中に大雨が予想される場合には、暗くなる前に避難するほうがより安全です。避難が難しいときは、頑丈な建物の2階以上に避難するか、それも難しい場合は家の中でより安全な場所(がけから離れた部屋や2階など)に避難しましょう。