

四季楽大口だより

令和7年夏号



デイサービス 四季楽大口

〒221-0005 横浜市神奈川区松見町 1-11-2

TEL 045-439-3170

今年の梅雨は雨が少なく、暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？夏本番も間近、水分や食事、睡眠をしっかりにとって暑さを乗り切りましょう！！

ふくし文化交流会

6月8日松見集会場で行われた地域の文化交流会を見学に行きました。ソーラン節や振り付きで懐かしい歌を歌うグループなどを観て楽しい時間を過ごしました。

来年も楽しみです！



ピンクとキラーズ「恋の季節」が好評でした



気分晴ればれ♪

梅雨入り前のお天気の良い日は皆さんと一緒に近隣の公園などへ散歩に出かけました。ツツジやサツキ、地域の方が作られている花壇の花や四季楽のレモンの花を見て、風に運ばれる香りを感じて、気分もリフレッシュされました。



新管理者紹介



7月1日より前任 大村守弘に代わりまして 管理者になりました小寺知穂子です。ご利用者様が安心して過ごせるよう温

かい雰囲気づくりを大切にし、「ここに来るのが楽しみ」と言っただけ、皆様にとって心地よい居場所となるようスタッフと一緒に精一杯努めてまいります。今後ともよろしくお願いいたします。



お楽しみおやつレク！！

おやつレクでクレープを作りました。クレープ生地にも果物とホイップクリームを乗せ、キャラメルやチョコレートシロップをかけて巻きました☆なかなか上手く巻けず苦戦しましたが、みなさん笑顔で味わいました♪



おいしいものを食べると笑顔になりますね～

避難訓練を行いました

厨房からの火災を想定した避難訓練を行いました。事前にヘルメットを被る練習もした後、スタッフの誘導で避難しました。地震や災害など想定しながら今後も準備や訓練をしていきます。





熱中症には気を付けて！！



いつでもどこでも誰でも条件次第で熱中症にかかる危険性があります。熱中症は正しい予防方法を知り、普段から気を付けることで防ぐことができます。

対策1「水分を」こまめにとりましょう！喉が渴いたなと思う前に水分をとる事が大事です。スポーツドリンクなどの塩分や糖分を含む飲料は水分の吸収がスムーズにでき、汗で失われた塩分の補給にもつながります。

対策2「睡眠環境を」快適に保ちましょう！エアコンや扇風機を適度に使って睡眠環境を整え、寝ている間の熱中症を防ぐと同時に、日々グッスリと寝ることで予防が出来ます。

対策3「丈夫な体を」作りましょう！バランスの良い食事をとりましょう。

対策4「衣服を」工夫しましょう！衣服は麻や綿など通気性の良い生地を選んだり、下着には吸水性や乾燥性に優れた素材を選びましょう

5月5日 端午の節句

お節句の日は、無病息災を願って菖蒲湯に浸かって頂き、おやつに子孫繁栄を願う縁起物とされた柏餅を食べました。お孫さんやひ孫さんの健康を願った方もいらしたのではないのでしょうか。



☆ あんずが実りました ☆

6月にあんずの実が沢山採れました。今年はコンポートにしました。ヨーグルトやパウンドケーキにかけて味わいました☆

 あんずは、抗酸化作用のあるビタミン E やリコピンが多く、酸化による老化や動脈硬化を防ぐ効果が期待できるそうです。



壁画や吊るし飾り作品(4月*5月*6月)



吊るし飾り「夜桜」



ミニ花のアレンジ



壁画「バラ園」



壁画「桜と菜の花畑」



吊るし飾り
「てるてる坊主」



壁画「紫陽花」

～お願い～

熱中症対策の為、エアコンで室温を調整していますが、寒さを感じる方もおられると思います。ひざ掛けなど用意していますが、羽織れるものをご持参頂くと良いかと思ひます。

