

# ほほえみ ニュース

2022年7月9日発行

第248号

編集・構成・発行

公益財団法人湯浅報恩会 寿泉堂香久山病院

通所リハビリテーション

文責：七海 由香

## ～小暑～

例年より少し早い梅雨明けとなりました。連日厳しい暑さが続いておりますが、体調は如何でしょうか。夏バテしないように、皆さま気を付けてお過ごし下さい。



### 7月のレクリエーション予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					足のワ、リレー	ペアでワ投げ
3	4	5	6	7	8	9
	ペアでワ投げ	足のワ、リレー	足で引っぱって	足で引っぱって	コップと輪回し	コップと輪回し
10	11	12	13	14	15	16
	お手玉キャッチ	お手玉キャッチ	コップと輪回し	ボールの引越し	ボールの引越し	ボールの引越し
17	18	19	20	21	22	23
	テーブルホッケー	テーブルホッケー	棚からアンパン	棚からアンパン	棚からアンパン	絵合わせ
24	25	26	27	28	29	30
	一人でゴール	一人でゴール	ボールの引越し	高さくらべ	高さくらべ	お手玉キャッチ
31						

### \*新しいスタッフ紹介\*



6月よりケア室勤務となりました。

**後藤 芳子** と申します。

どうぞよろしくお願いたします！！

# レクリエーション風景



切り絵・貼り絵



ワンバウンド  
ドッチボール  
3個のボールを床に  
バウンドさせてから  
輪を通しました。



## 7月7日 七夕

今年もデイケアで七夕飾りを行ないました。皆さまの願い事が届きますように・・・

～熱中症予防ポイント～

### ① 暑さを避ける

- ・換気
- ・エアコンで温度調整



### ② こまめに水分補給



- ・のどが渴いていなくても、一日 1.2 リットルが目安

### ③ 健康管理



- ・こまめに体温測定
- ・体調が悪いときは無理せずに

### ④ 体づくり

- ・適度に運動

