

ひごろも新聞

H29年8月



ただいま、ひごろもでうでは一緒に働く仲間を募集しています。興味がある方はこちらまでお電話ください。28・7706



特別養護老人ホーム
グループホーム
ショートステイ
デイサービスセンター

[ひごろもそう]

防府市大字浜方
8番地1
0835-28-7706

こんにちは、ひごろもでうの「シュウ」です。

暑い日が続きますねー！皆様がいかがお過ごしでしょうか？

七夕の企画で、喫茶店を開きました！アイス・ケーキ・ジュース・コーヒーなどこの時期だからこよみ美味しく頂くことができるメニューを提供しても満足されました。



このケーキどんな味がするのかなー！楽しみー！

美味しいケーキ頂きますー！

アイスもケーキもおいしい！またやって欲しいなー！



私に任せなさい！このくらい楽勝よ！



プリン完成！！



みんなで食べるとおいしいね！



焼きそば完成！！



私の得意技よ！待っててね！

7月31日に調理レクリエーション（焼きそば・巨大プリン）を行いました。カラオケの曲を流し利用者様に食材を切ったり、おむすびを握って、いろいろなアレンジをして、とても良い焼きそばと巨大プリンが完成し「美味しかった。また食べたい」ととても喜ばれました。

ショートステイの利用者様が誕生日会で調理レクリエーションを行いました。



ひごろもそう・横入川自治会夏祭り

出店



ゲームコーナー

金魚すくい・ゲーム等

飲食コーナー

かき氷・フランクフルト・焼き鳥
ジュース・アルコール(※アルコールのみ 200円)



ゲーム・飲食共通
チケット制
1枚100円
300円購入ごとに
抽選券1枚プレゼント!



イベントプログラム



盆踊り

松富のギョロック
ポテト・からあげ

よさこい



バルーンアート

ちびっこ手押し相撲

大抽選会

参加者大募集!!



開催日時：平成 29 年 8 月 26 日 (土)
16:30~20:30

雨天：平成 29 年 8 月 27 日 (日)

場所：勝縁福祉会ひごろもそう
駐車場

※当日はお車でのご来場をお断り
しております。

職員一同お待ちしております。



年に一度真夏の大会イベント
待ちに待ったひごろもそう夏祭りが
開催致します!!

8月と言えば?

とても暑いですね! 今月は各地で花火大会や盆休みもあり、海水浴ではパーベキューをしてみんなで海へ泳いだりと楽しみがたくさんありますね!

この夏はみんなで騒いで日焼けして楽しみましょう!

但し、暑い日が続くので、水分補給を忘れず羽目を外さない様に気を付けて下さい。



世界では陸上・水泳など様々なスポーツが各地で行われています。日本では甲子園大会が始まりました。応援しましょう!

世界陸上や世界水泳が開催され、注目選手が新記録を目指し熱い戦いが繰り広げられています。深夜の時間に放送されていますが、記録更新のニュースを聞くと勇気が湧いてきます。みんなで、応援しましょう。日本では高校野球があり、甲子園大会が開催されます。山口県からは下関国際が初出場します。現地に行けない人もテレビで応援しましょう!



今月は「心疾患」について説明致します。

心臓病は、冬場に多い傾向がありますが、夏場も油断は禁物です。夏場の高温多湿という環境では、発汗によって体内の水分が大量に失われて血液がドロドロになり、血栓が出来やすくなるので心臓に負担がかかります。

心臓病になりやすい人の生活習慣が、「飲酒・喫煙・過食・運動不足・ストレスが溜まる・睡眠不足」の方はなりやすい傾向にあります。

予防法として、4つの改善ポイントがあります。生活の中で栄養バランスの整った食事を心がける事が良いです。

また、水分不足から脱水症状に陥る危険性もあるので、激しい運動や、炎天下で長い時間外出している時には細目に水分補給をしてください。

室内でも、熱中症になりやすい時期なのでくれぐれもお身体にお気を付けて下さい。

ひごろも豆知識

