

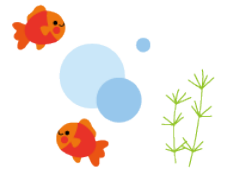
あおぞらだより

高陽第一診療所デイサービスセンター あおぞら

電話 841-2020 2012年7月号



7月の活動予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	書道	貼り絵	手芸	頭の体操	七夕飾り作り	お休み
8	9	10	11	12	13	14
お休み	貼り絵	ちぎり絵	外出	華道	ミュージックセラピー	お休み
15	16	17	18	19	20	21
お休み	海の日 お休み	貼り絵	料理教室	書道	カラオケ	お休み
22	23	24	25	26	27	28
お休み	映画鑑賞	リサイクル 工作	アロママッサージ 頭の体操	3B体操	コーラス	お休み
29	30	31				
お休み	カレンダー 作り	カレンダー 作り				

デイサービスの玄関前に、紫陽花が色あざやかな花をつけています。少しずつ色を変えていく紫陽花の花を見るのも梅雨時の楽しみですね。

梅雨明け前の今の時期は、身体が暑さにまだ慣れていないため、脱水などの症状が出やすいそうです。水分をこまめにとって体調を崩さないように気をつけましょう。また、今年の夏は平年並みか平年よりやや気温が高くなるとのこと。しっかり体調管理して元気に夏を乗り切りたいですね。

