

令和8年 夏・雨上がりの虹号

回覧

社協安芸津デイサービスだより ええデイ〜



梅雨明けが待ち遠しい季節となりました。紫陽花も彩りを増す今日この頃、みなさま、お元気にお過ごしでしょうか？じめじめとした多湿の時期は体内に熱がこもりやすく、めまいや頭痛、立ちくらみなどに注意が必要です。運動や作業をする際には、こまめに水分補給をし、しんどい時は少し横になって休みましょう。肩回しや首のストレッチ運動をするのも効果的です。心と体を優しくいたわって、梅雨を心地よく健やかに乗りきりましょう！



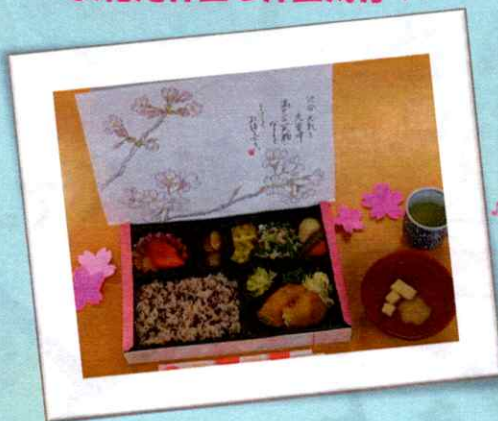
4月

<むかし、懐かし 紙芝居>

こうや童風さんの紙芝居は懐かしく優しい気持ちで過ごせるひと時です。今回は、「曾根崎心中」と「寿限無」を聞かせていただきました。



<お花見弁当で外出気分♡>



<歌って元気に！>

お花見といえば「カラオケ」！みんなで唄えば気分も上げ上げ〜♪カラオケふるさとさんと一緒に楽しい時間です！



<4/28 つばさとテイのあったか交流会>

元気なつばさの皆さんが「マツケンサンバ」を踊ってくれました。ゲームも一緒に楽しんで大盛り上がりでした！



みんなでチャンカパーナも踊ったよ！めっちゃ楽しい〜♡

5月



<5/27 寸劇〜熱中症予防と水分摂取の大切さについて>

<三津保育所さんが散歩に来たよ！>

今年も立花川に手作りこいのぼりが元気に泳ぎました。三津保育所の園児さんと「こいのぼり」の歌を歌って、鯉パワー注入〜！！



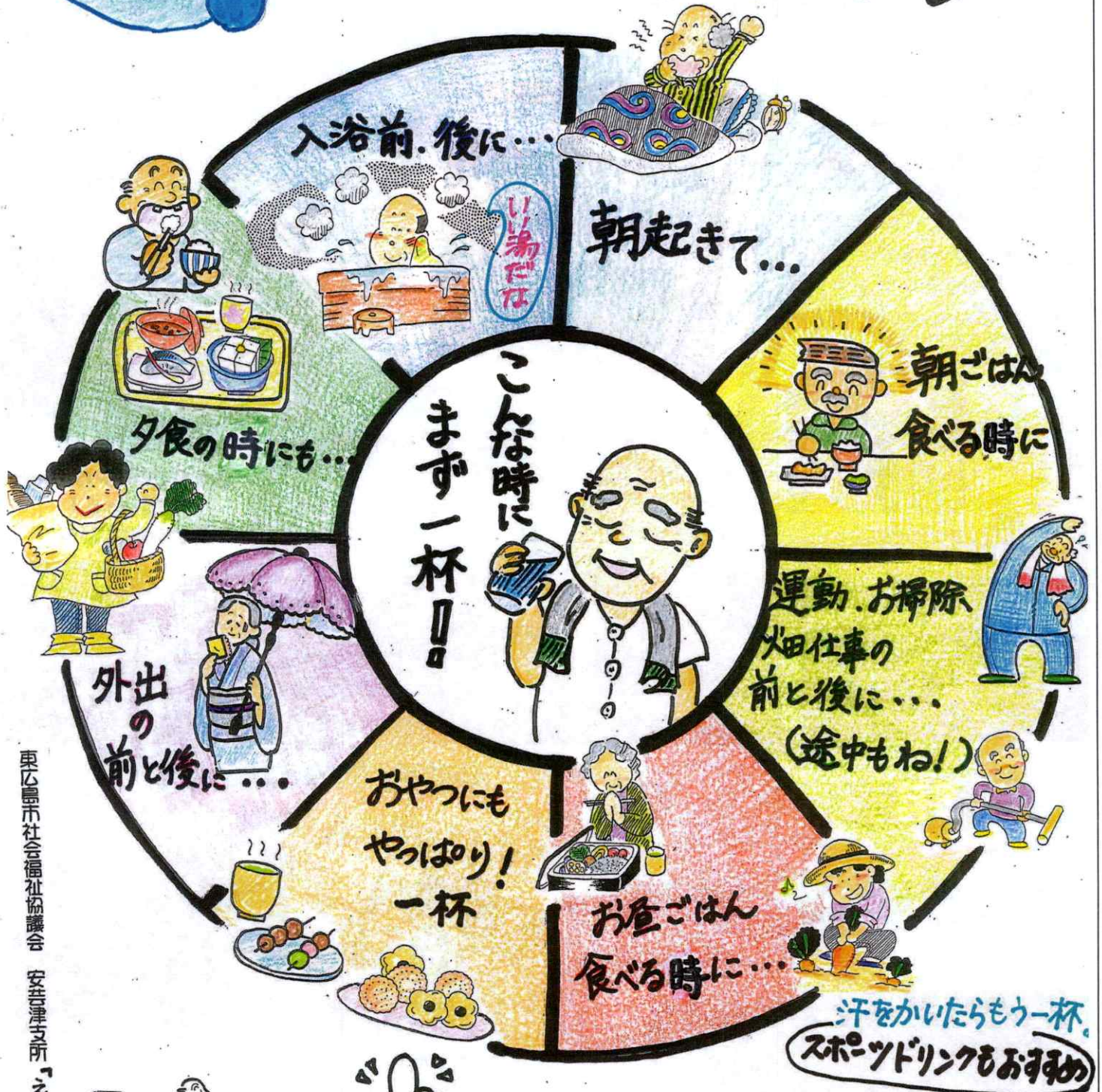
「芝居空間侍エレクトリカルパレード」の皆さんの寸劇をご披露いただきました。「熱中症対策」を題材とした時代劇風の劇でタイムスリップしたお侍が現代の猛暑の対応として水分補給の大切さを楽しく臨場感たっぷりに伝えてくださいました。殺陣あり、笑いあり、楽しいひと時でした！

いつでもどうぞ〜！

【連絡先】 東広島市社会福祉協議会 デイサービスセンター安芸津
東広島市安芸津町三津4398 ☎0846-45-0201 (馬場・大本)

水!

ちょこちょこ飲んでね。 (1日 1.5ℓ)



東広島市社会福祉協議会 安芸津支所「ええデイ」

