

# にここ通信



パプテスト通所リハビリテーション

2017年7月発行 7月号 NO. 29



☆ 選手宣誓 ☆

6月26日(月)  
運動会



えいっつ!!

♪ 玉入れ ♪

入った♪



♪ 借り物競走 ♪

利用者さんと協力しながら、職員が  
変装しました♪  
最後には記念撮影～♪

やったね♪

がんばってー♪



## 7月の行事七夕

日	月	火	水	木	金	土
						1 体操 レク
2 体操 レク	3 職員 による 音楽会	4 職員 による 音楽会	5 選択 レク	6 選択 レク	7 選択 レク	8 体操 レク
9 体操 レク	10 選択 レク	11 職員 による 音楽会	12 職員 による 音楽会	13 選択 レク	14 選択 レク	15 体操 レク
16 体操 レク	17 職員 による 音楽会	18 選択 レク	19 選択 レク	20 選択 レク	21 職員 による 音楽会	22 体操 レク
23 体操 レク	24 選択 レク	25 お茶会	26 職員 による 音楽会	27 職員 による 音楽会	28 選択 レク	29 体操 レク
30 体操 レク	31 コーヒー タイム	選択レク 体操 or 作業				

## 脱水に気を付けて水分補給

### 高齢者が脱水になりやすい理由

- ⚡ 高齢者の体内水分量が成人と比べて少ない
- ⚡ 喉の渇きを感じにくくなる
- ⚡ 食欲不振で食事による水分や塩分が不足している
- ⚡ トイレに行くのが面倒で水分摂取を控えがち
- ⚡ 腎臓の再吸収機能の低下で薄い尿が排出される
- ⚡ 薬には利尿効果を持つ場合が多く、多尿となりやすい

水分は「こまめに少しずつ」取るようにしましょう

出典：賀村仁美「体がよこぶ水分補給のコツ」



## 6月の作品



「紫陽花の里」  
折り紙を使って  
紫陽花の花を折  
り紫陽花を咲か  
せました。また  
花の型紙に沿っ  
て絵の具でも紫  
陽花を描いた後、  
葉っぱを加えて  
いきました。そ  
して、折り紙で  
作ったカタツム  
リを葉っぱに載  
せて、雨上がり  
の風景を背景に  
紫陽花を飾る事  
で梅雨の風景を  
演出しました。

## お願い

①お薬の内容が変更した際はお薬手帳など、お薬の情報が分かるものを持参して頂きますようお願い致します。

②感染防止の取り組みとして、入浴時必要なタオルを各ご家庭で準備して頂く事となりました。

- ・バスタオル2枚（身体を拭く用・座る椅子に敷く用）
- ・フェイスタオル2枚（洗身用・足元に敷く用）
- ・使用したタオル類を入れる袋

のご用意をお願い致します

祇園祭の月になりましたが、今年の夏は平年より気温が高く猛暑日が続くと言われてます。

当施設では冷房が入っておりますので、温度調節が出来るものをお持ちください。スタッフ一同、皆様  
が「笑顔」で1日1日安心して生活を送れる事を願っております。

スタッフ一同