

令和6年

# キックオフ巴川 お便り 8月

<http://chichibu-kuwanomikai.com/>

いよいよ夏本番ですね。青空の広がる日が続き、利用者の皆様も職員も汗をかきながら活動に取り組んでいます。暑さによる体力消耗や、長期のお休みを挟んでの生活リズムの変化など、体調が変化しやすい時期です。こまめな休憩や水分補給、首元を冷やすなどの熱中症対策を行いながら、皆様が元気に楽しく過ごせるように環境を整えていきたいと思ひます。

長期のお休み中は生活リズムが崩れがちです。生活リズムを整えるためにも、普段と同じように早寝・早起きをする、1日3食しっかり食事を摂る、熱中症に気をつけながら涼しい時間帯に適度な運動を行うなど、健康的な生活を送るように心がけたいですね。



掃除とお茶の時間の間のダンスタイムが恒例になっています。皆さんの好きな曲をかけて、それぞれ自由な振り付けでダンス♪掃除が終わるとすぐに「音楽流して！」と待ちきれない様子でした😊

歯科検診を行いました。大きく口を開けて、しっかり調べてもらいました。



これからも優しく丁寧な歯磨きを心がけて、歯を大切にしましょう！



## お盆休みのお知らせ

8月12日(月・祝)～16日(金)まで  
お休みとなります。  
よろしくお願いいたします。

## 8月の予定

○ ひろみおねえさんの歌のボランティア

※ 8月の土曜開所日は、17日と24日です。

## 9月はこんな事を予定しています

○ ひろみおねえさんの歌のボランティア



細かい作業ですが、集中して取り組んでいます。



素敵なアクセサリができました😊

ビーズアクセサリを作りました。細い糸(テグス)を指先でつまみ、小さなビーズの穴に一つ一つ丁寧に通していきます。アクセサリが完成すると、「できた！」と嬉しそうに見せてくれました😊



散歩に出かけ、自動販売機で飲み物を買いました。自分でお金を入れて、好きな飲み物のボタンをポチッ！皆さん美味しそうに飲んでいました☆



昼休みにオセロを楽しんでいます。オセロが初めての利用者さんには、オセロの経験がある利用者さんが「ここに置けるよ」「ここもひっくり返せるよ」と、教えてくれていました。

