



## 大変身！写真撮影会



6月の27・28日と写真撮影会を行いました。こちらでご準備した様々な衣装の中から好きなものを選んで頂き、ランウェイのように皆様の前を歩いて撮影場所まで・・・男性には浴衣が大人気でしたが、女性はチョゴリを着てみたい！という声が多く聞かれました。ほんの少しのお化粧品でもお顔が明るく、笑顔で素敵なお写真を撮影することができました！その中から何枚かご紹介させていただきます～



## 注意

### 高齢になると脱水になりやすい理由

- 身体の水分量が減る
- 喉の渇きの感覚機能の低下
- 食欲不振や嚥下障害により十分な水分が摂取できない
- 糖尿病による尿量増加、降圧剤の利尿作用
- トイレ使用を避ける為、意図的に摂取しない

**脱水症は脳梗塞や心筋梗塞を招く  
とても怖いものなのです！**

デイサービスではスポーツ飲料など、こまめに水分を提供しておりますが、ご自宅でも水分を沢山摂りましょう！脱水の症状は体温の上昇です。



# 7月の予定



				1日	2日	
					煮魚	
					西京漬け	
4日	5日	6日	7日	8日	9日	
	<b>七夕の会</b> 					
	夏野菜カレー		豚肉ボン酢おろし		笹寿司	
					しぐれ煮	
					回鍋肉	
11日 ✂	12日	13日	14日 ✂	15日	16日	
		<b>書道</b>		<b>民謡</b>		
	鶏のゴマダレ焼き		タンダーリーチキンピラフ		八宝菜	
				鮭のレモン焼き		豚井
						そうめん
18日	19日	20日	21日	22日	23日	
	<b>スポーツ吹き矢</b>			<b>ムーブの会</b>		
	はんぺんフライ		チンジャオロース		フライ	
				ぎのこチャーハン		味噌チキンカツ丼
						他人丼
25日	26日	27日	28日	29日	30日	
<b>おやつ作り</b>				<b>外食レク</b>		
	ハヤシライス		焼き肉丼		カジキのマヨ焼き	
				チキンハンバーグ		中華丼
						鰻ちらし寿司

## お知らせ



### ●今月の理美容

7月11日(月) 14日(木) まで  
ご希望の方は職員まで!  
(事前予約をお願いします)

### ●外食レク

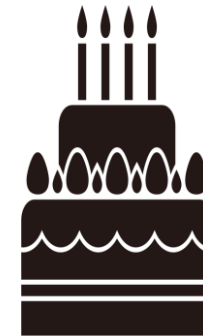
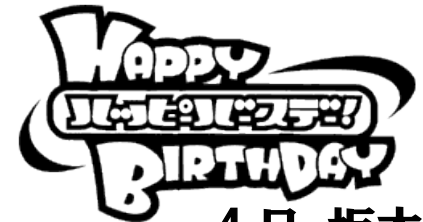
29日(金) 道とん堀 伊興店  
みんな大好き、お好み焼きのお店!  
上手にひっくり返してくださいー!

### ●2016年 夏祭り

8月19日・20日

2日間開催に決定!!

詳細は後ほどお伝えします



4日 坂本 様  
8日 佐藤 様  
10日 萩原 様  
11日 長部 様  
25日 藤代 様  
29日 大関 様  
31日 青柳 様