



古川グリーンヒルズ デイケア便り

6・7月の活動報告

❀ 陶芸 ❀

今年も講師を招いて陶芸を行っています☆個性的な作品もたくさん❀
楽しみながら取り組んでいます♪



☆七夕創作☆

メンバーさん達が協力して、段ボールで大きな竹を作ってくれました☆
短冊もたくさん❀みんなの願いが叶いますように♪



熱中症予防について

暑い日が続いて体調がいまいちな方も多いのではないでしょうか？熱中症予防に努めて夏を乗り切りましょう！

- ◎暑さを避けましょう！帽子や日傘を利用し、外出時は日陰を歩くようにしましょう☆
- ◎のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう！大量に汗をかいた時は塩分も忘れずにとりましょう☆
- ◎エアコンを活用しましょう☆
- ◎暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理をしましょう☆
- ◎吸湿性・速乾性のある通気性の良い衣類を着用するようにしましょう☆
- ◎保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やすようにしましょう☆



作業療法士：須田 美紀

