

H25. 7月号

特定非営利活動法人 公済会

デイサービス  
宮路やまの湯  
月刊

# 宮路だより

じめじめと蒸し暑い日が続いていますが、水分補給、着衣の調節で熱中症・脱水症状の対策を心がけて下さい。栄養管理・体調管理に気を配り、夏バテにならないようにしましょう!!



おかげさまで 宮路だより 創刊 1周年!!

いつも「宮路やまの湯」をご利用、ご支援頂きありがとうございます。

昨年7月に創刊しました「月刊・宮路だより」も早いもので一周年を迎えることができました。おかげさまで一号も休むことなく、皆様にお届けしております。

日頃の業務に追われながらも、少しでも「宮路やまの湯」の様子を皆様に知って頂こうと、職員一丸となって編集しております。また、読みにくい箇所も多々あると思いますが、これからも温かみのある手書きにこだわっていきたいとも思っております。ご意見・ご感想等どんどんいただければと思います。また、ホームページにてバックナンバーを掲載しておりますので、ご覧下さい。

これからもよろしくお願い申し上げます。

所長 竹内 功造



# 6月の行事紹介コーナー

## 〈マジックショー〉

中井 浩さんによる  
マジックショーです



利用者さんが  
アシスタントに!



## 〈職員手作りコーナー〉



当施設玄関の  
手作りギャラリー  
ぜひ見に来て  
ください!



## 〈避難訓練〉

皆さんの協力で  
スムーズに



## 〈あるぱん村へ〉

イサ ちよーだい  
Xエ〜

ハイ!  
どーぞ♡



## 〈手作りサンドウィッチ〉

おいしく  
ネ!

たまご、ハム  
きゅうり...  
具だくさん!



モグモグ



手作り  
最高!

ウマイ♡

## 〈天の川作り〉

天の川を  
作って天井に  
かざりました



織姫と彦星  
出会えるから!?



# <市姫神社祭>

にぎやか〜♪



童心にかえりますよ

# <殿様林にてパークゴルフ>

ホールインワン 目指して!!

いったか-!?



# <おちらし作り>

ご自分の お好みで!



コネ コネ

# <U-mai館見学(梅かま)>

お話 聞いてます



試食中



ほー うまいのー

作っているところ 見学できました

見学中



たくさん あって 迷うわあ

買い物中

# <吉峰グリーンパーク ラベンダー畑へ>

摘み取り しました

たくさんのラベンダー



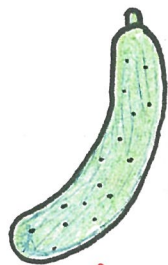
いい香り♡







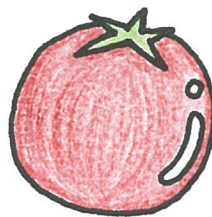
# おいしい夏野菜を食べましょう!



## きゅうり

利尿作用  
余分な熱をとる

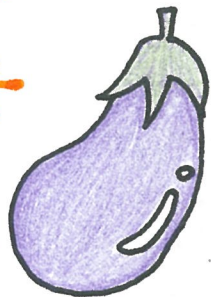
★ほてった体を冷やしてくれます



## トマト

食欲増進  
のどを潤す

★水分がたくさん含まれています



## なすび

血のめぐりを良くする  
化のうやはれを治める  
利尿作用

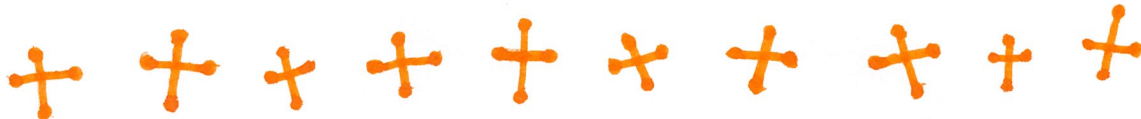


## スイカ

体を冷やす  
むくみをとる  
疲労回復



他にもピーマン・レタス・トウモロコシなど夏野菜はたくさんあります。このような旬の夏野菜を食べる事で体の体温調節がうまくできて、夏バテの予防にもなります。もちろん夏バテを予防するには水分補給と疲労を回復するために睡眠時間をしっかりとることも大事です。皆さんよく食べ、よく寝て、よく遊び(?)暑い夏を一緒にのりきりましょう!



〈特定非営利活動法人 公清会〉

## サービス 宮路やまの湯

〒930-1367 立山町宮路34-1

(ヨツミヤジ)

TEL 076-483-4384

FAX 076-483-4385 担当 竹内

タケウチ

宮路やまの湯 ホームページ

パソコン・携帯電話・スマートフォンで閲覧いただけます

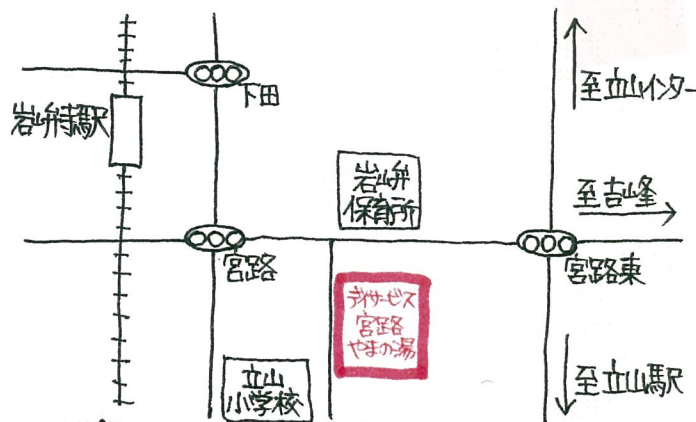
<http://384yamanoyu.jp/>

スタッフブログ  
随時更新中です!

QRコード



介護相談・施設見学無料! 体験随時受付中!



お気軽にお問い合わせください  
お待ちしております!!