

9月に入り、涼しい風を感じるようになってきました。今年の夏は、雨が多く水害も各地でおこりました。お盆休みに静岡県で地震もありましたね。

猛暑日も少なく、体に楽ではありましたが、少し拍子抜けの8月の様に思います。皆様はどんな夏をお過ごしになったのでしょうか。

さて、最近の心配事といえば、「新型インフルエンザ」の流行です。毎日のようにテレビ報道されていますが、新学期が始まるこれから本格的な流行となるのでしょうか…。皆様方もどうぞ体調管理に留意され、疲れがある時や免疫力の落ちている時には感染しやすいので、休養を十分とっていただきたいと思います。あさがおでも、引き続き予防に努めていきたいと思っておりますので、うがいや手洗いにご協力願います。

「インフルエンザ」の基礎知識

1. 予防の基本は…○人ごみや繁華街への外出を控える ○外出時にはマスク着用 ○室内では加湿器などを使用して適度な湿度に
○十分な休養、バランスの良い食事 ○うがい手洗いの励行 ○咳エチケット(①咳・くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけ、1メートル以上離れる。②鼻汁・痰などを含んだティッシュをすぐにごみ箱に捨てる。③咳をしている人にマスクの着用を促す。)
2. かかったかなと思ったら…○早めの受診 ○安静と休養 ○十分な水分の摂取 ○マスクの着用 ○外出自粛

8月のアルバム

あさがお通所リハビリテーションの納涼祭です！

縁日に並ぶお好み焼きより美味しく焼けました！



さすが！ 手際の良い奥様方！



フロア中にいい匂い
いです！



へい！いらっしやい！！



男性陣だって焼きますよ～



ここで一句…

お好みの
こんがり焼いて 円満よ
宇井 利武 様



老健あさがお 入所 納涼祭でのボランティア

8月23日(日)に 2F3Fの納涼祭が開催されました。
マジックと南京玉すだれを披露していただき、
ご利用者様の大きな拍手で大変盛り上がりしました。
次はデイケアでの披露をお待ちしております。



あさがお よりお知らせ

9月のイベントは、「コスモス畑」を眺めに、秋のドライブツアーです！

きっと満開になっているであろうコスモスを愛でた後は、大崎公園へ行き、ティータイム。お天気に恵まれることを祈りながら、楽しいツアーを企画しております。

栄養科より 旬の野菜情報！ 9月 <なす>

体を冷やす効果があり、体の火照りやのぼせ・高血圧に効果があります。

浅漬け・味噌汁・煮びたし・焼きなす等、美味しく食べて夏を乗り切りましょう。 ※今月の郷土料理9/24(木)お好み焼き(大阪)