

サポートセンターめぐみ めぐみだより



サポートセンターめぐみ



2026 第88号

色とりどりの紫陽花に、梅雨の訪れを感じる季節となりました。

梅雨を伴う湿気や気温の変化に注意し、水分補給など利用者様の健康管理に十分気を付けながら楽しく過ごせるように取り組んでまいります。

7月の予定



7月の 主な行事

- ・各土日 外出レクリエーション
- ・外出が困難な場合などはホーム内での支援を予定しています。
- ・13日(月) GH利用料引落日
- ・七夕の飾りを作ろう！
短冊にお願いごとを書こう☆彡
- ・お誕生日会

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	1	2	3	4 GH外出レク
5	6	7 GH外出レク	8	9	10	11 GH外出レク
GH外出レク	12	13 GH引落日	14	15	16	17
GH外出レク	18	19	20 海の日	21	22	23
GH外出レク	24	25	26	27	28	29
GH外出レク	30	31				
GH外出レク						

熱中症予防と対策



こまめな水分補給



直射日光を避けよう



エアコン・扇風機を活用



暑くなったら冷やす



適度な運動



十分な睡眠と食事



めぐみ写真館

