

# ねりまファンクラブ 30年6月

「ありのままのあなたを大切にします」  
練馬 2-24-3  
Tel.03(5984)1701  
練馬デイサービスセンター



日中は少し汗ばむほどの陽気となってまいりましたが、皆様におきましてはご健勝のこととお喜びいたします。いつも練馬デイサービスセンターをご利用いただきありがとうございます。皆様がお元気でデイサービスに通ってくださることを職員一同お待ちしております。



## 光が丘のバラ園にお散歩に出かけました

5月初旬から中旬にかけて、光が丘のバラ園までバスでお出かけしてきました。約40種・400本のバラが咲き並び、甘い香りが漂っていました。お客様の体力に合わせ、好天気の中でのんびりとお散歩を楽しみました。



今が見ごろだね、来てよかった！

## 活動のご紹介①

【音楽バンドさんのご披露があります】  
☆ボランティアの音楽バンドさんが来てくださいます！懐かしの歌から季節の歌まであり、楽しい時間を過ごすことができます。その他、オペラや合唱など幅広い音楽のご披露がありますよ♪



## 活動のご紹介②

【園児さんとの交流会があります】  
☆近隣の保育園や幼稚園の園児さんが、デイサービスに遊びに来てくれます。折り紙や塗り絵を一緒にやったり、園児さんが練習してきた歌や踊りを披露して下さったり、楽しく過ごすことができますよ！



## 脱水症にご注意ください

5月より最高気温が急に上昇し、東京都心でも25℃を超える夏日になる日が増えています。脱水症への早めの準備を始めましょう。

梅雨の時期は外出する機会が少なくなり、室内でじっとしていることが多くなりがちです。直射日光による熱さを感じることもなく、一度にかく汗の量も少ないため、少しずつ体から水分が失われていき、知らないうちに水分不足になっていきます。

脱水症を防ぐには、定期的に水分摂取することが大切です。



## 6月のおすすめ活動

- 6/1 (金) 絵手紙教室
  - 6/8 (金) 音楽ご披露 (合唱)
  - 6/9 (土) **NEW** ジャグリング
  - 6/14 (木) 音楽療法
  - 6/21 (木) 華道
  - 6/25 (月) ギター演奏会
- 臨時利用できます



## 使い古したタオルは余っていませんか？

ご利用者様および、ご家族様にお願いがあります。ご自宅でご使用済みの古タオルが余ってありましたら、デイサービスへ是非お譲りくださいませ。



\*ゲスト利用については随時受け付けております。担当：高水までご相談ください。  
\*デイサービスご利用に関しての相談・問い合わせはお気軽にご連絡をください。