

# コスモスだより

## 6月号

【発行日】

令和6年6月吉日

もうすぐ梅雨入りですね。しっかり体を動かして体調を整えましょう！

庭のあじさいが少しずつ色づき始めました。梅雨に入り、雨の日が続くと体調を崩しやすくなります。デイで機能訓練やさまざまな活動を通してしっかり体を動かし、リフレッシュしましょう！

### 5月の活動報告

◇5月生まれの方のお誕生日会をしました♡




◇笠岡 菅原神社にカキツバタを見に行きました！眼鏡橋も歩いて渡りました



◇コスモスはキレイなお花がいっぱいです。お花を届けて下さる方、生けて下さる方、見て喜んで下さる方、ありがとうございます♡



### 6月のイベント

8日(土) 誕生日会 

17日(月)

19日(水) 散髪 

25日(火)

21日(金) ドライブ

(寄島 ミツ山)



### かくれ脱水に注意しましょう！

本人も自覚がないうちに体内の水分が奪われ、脱水症の一手前になっている状態のことを「かくれ脱水」といいます。はっきりとした症状は特にありませんが、以下がかくれ脱水の兆候です。

- ・ 血圧が低い
- ・ 手足が冷たい
- ・ 脈が早い
- ・ 皮膚に張りがない
- ・ 口が乾いていて、喋りにくそうな感じがある
- ・ 尿の回数が減っている
- ・ 尿の色が濃い
- ・ 立ち上がりでふらつく



空き状況：○空きあり △空き少なめ ×空きなし

月	火	水	木	金	土	日
×	△	○	○	○	△	休

事業所名：デイスサービスセンターコスモス

住所：〒719-0301

岡山県浅口郡里庄町里見 8004-2

TEL / FAX：0865-64-5512

管理者：船尾 香里

生活相談員：井上 友紀 藤井 正子



担当：船尾