

# 巣南デイサービスセンター便り

8月号

## エアコンを使い、 熱中症を予防しましょう

熱中症による危険は、日中はもちろん、夜間でも発生しています。

エアコンを適度に使用し、水分を補給し、熱中症の予防に気をつけましょう。

直接、エアコンなどの風が体にあたらないように、風向きを気をつけて下さい。



## お灸体験教室 8/5(木)



夜中になると、いつもふくらはぎがついて痛いとお困りの利用者様に「陽陵泉(ようりょうせん)」に施灸しているところです。ひざ下の外側にある骨(腓骨 ひこつ)の出っ張りのすぐ下の窪んだ所がツボです。腰痛や坐骨神経痛などにも効果があります。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
お休み	カードゲーム	すごろく	カラオケ	お灸体験教室	クイズ	歌あてゲーム
8	9	10	11	12	13	14
お休み	言葉探し	折り紙	さかさ文字	脳トレ	音読	しりとり
15	16	17	18	19	20	21
お休み	クロスワード	箱の中身のお題ゲーム	クイズ	体操	折り紙	脳トレ
22	23	24	25	26	27	28
お休み	歌合戦	体操	箱の中身のお題ゲーム	カラオケ	カードゲーム	言葉探し
29	30	31	リハビリスタッフ(2人) 休み 3日 14日 19日 23日 31日			
お休み	すごろく	クロスワード				

体重測定日は  
23日～28日です

医療法人清光会 巣南リハビリセンター デイサービスセンター

〒501-0311 岐阜県瑞穂市重里1996番地  
TEL 058-328-5683 URL <http://seikohkai.jp/>