



さとめーる

〈施設理念〉一人ひとりの生きる力を支える

Once More さん

セタコンサート

7月9日、京丹後市から Once More さんにお越しいただき、セタコンサートを開催しました。
新型コロナの影響で長期間ボランティアさんの受け入れを中止させていただいていたため、一堂に会する企画はできていませんでしたが、今回、久しぶりに約90名のご利用者に集まっていただき、Once More さんの歌声や演奏に合わせて一緒に歌ったり手拍子を打ったりしながら楽しいひとときを過ごしていただくことができました。

「高原列車は行く」「越後獅子の唄」「下町の太陽」等、お馴染みの曲に皆さん「やっぱり歌はいいな～」と楽しまれた様子でした。



ブルーインパルスが はまなすにも来たああああ!!

「ホンモノのブルーインパルスよりこっちの方が良かった!!」とべた褒めしていただきました!!
ご覧ください!!



流しそうめん 特養

7月26日、猛暑の中、竹を流れる水の音を聞きながら清涼感を味わっていただく流しそうめんを企画しました。流れてくるそうめんの束を上手にすくって口の中へつるつると音をたて流し込み、「おいしいわ～」と声が上がりました。

最後にデザートの真っ赤に熟れたスイカにかぶりつき「甘くて最高においしいで！」と満足していただきましたよかったです。



あつ～い夏

熱中症を予防しましょう！

～医務室～

真夏だけではなく、梅雨の晴れ間や梅雨明け直後も、蒸し暑さに体が慣れていないため、熱中症になりやすくなります。

熱中症を防ぐため、熱中症とはどういうものなのかを学び、対策をしっかりと身につけておきましょう。

①こまめに水分・塩分補給！

のどが渇いていなくても水分をとりましょう。

③屋外での長時間の作業を控える！

暑い日には、屋外での作業・運動を控えましょう。

②エアコンや扇風機を上手に活用！

暑い日には、夜間も冷房を使用しましょう。
冷房時の室温は28℃が目安です。

④暑さを避ける！

保冷グッズなどを活用し、外にいる場合は日陰で休みましょう。

参考：練馬区HP 熱中症予防ちらし

カフェのご案内

予約制です

いちごカフェ

開催日：令和6年8月9日(金)

令和6年9月13日(金)

場 所：栗田地区公民館(区民センター)

時 間：13:30～15:00(ティータイムあり)

参加費：300円(スイーツ・飲み物代)

内 容：簡単な体操など、身体を動かすメニューを準備しています。

ゆらりんぐカフェ

開催日：令和6年8月23日(金)

令和6年9月27日(金)

場 所：由良地区公民館(由良の里センター)

時 間：13:30～15:00(ティータイムあり)

参加費：300円(スイーツ・飲み物代)

内 容：簡単な体操など、身体を動かすメニューを準備しています。

※感染症予防のため、参加人数を **最大15名** とさせていただきます。参加希望の方は下記の連絡先までお願いいたします。感染症の状況により、中止させていただく場合があります。

天橋の郷事務室 22-0066