

みくるまデイケア今後の予定

	季節 レクリエーション	地域交流、 イベント	園 芸	ミニ健康講座 (講師)
8月	夏祭り	和歌山県警 講演	さつまいも 植え付け	椎体骨折 脊柱管狭窄症 (丸山 PT)
9月			コスモス 植え付け	糖尿病 (近藤 Dr)
10月	運動会		いちご 植え付け	栄養 (片山管理栄養士)
11月		さつまいも 掘り		脳卒中 (中野 OT)



みくるまデイケアのイベント食を紹介!

「ステーキ」をフロア内で焼いて、イベントを行いました。定期的に食事イベントも行っています。タンパク質をしっかりとって筋肉を落とさず、貯筋しましょう!!



お問い合わせ

〒640-0401 紀の川市貴志川町丸栖 936-3

みくるまデイケア担当：田村・丸山まで▶

TEL：0736-64-2800  
(直通) 080-8844-1476



田村



丸山

デイケア

vol.2

2025.7



みくるまデイ通信

夏号



## 「じゃがいも」と「きゅうり」の収穫

施設で育てていた、じゃがいもときゅうりが立派に育ち、農作業が好きな利用者さまと一緒に収穫を行いました。くわを持つと人が変わるように、熱心に作業をして下さりました。利用者さまから様々なアドバイスを頂き、立派な野菜を収穫する事ができました。枝豆もどんどん成長しています。

これからもご指導お願いします(\*^-^\*)



## 皆勤賞の表彰

4月～6月の3カ月間で、みくるまデイケアをお休みしなかった皆勤賞の方が20名いらっしゃいました。体調管理をし、ご利用頂きありがとうございました。職員より感謝の気持ちを込めて「みくるまチケット10枚券」を贈呈させて頂きました。これからお身体に気を付けて、ご利用下さい(\*^▽^\*)



## スタッフ紹介



管理者  
もりわき ひろし  
森脇 宏 医師

誕生日：1月1日  
血液型：A型

Q. 学生時代の部活は？

A. 和歌山県立医大 野球部(準硬式野球)  
1年生から6年生まで4番バッター  
でした。(強打者森脇)

Q. 一生のうちで行ってみたいところは？

A. フィリピンのレイテ島  
父親が戦死した処。(小生2才時)

Q. 毎日かかさずしていることは

A. ストレッチ運動  
夫婦でやっています。

## お知らせ

7月となり、気温がどんどん上昇してきました。熱中症に注意が必要な時期です。自宅内での熱中症が一番多いと言われています。冷房を必ずつけて室温が上がらないよう注意して下さい。こまめな水分補給をして下さい。冷房の風が苦手な方もいると思います。そういう方は、冷房の強さは自動設定で扇風機を天井に向けて一緒に使用する事で部屋全体の室温を下げる事ができるのでお試しください。

こまめな  
水分補給と  
塩分補給



エアコンや  
扇風機を  
上手に使用



熱中症に注意!

