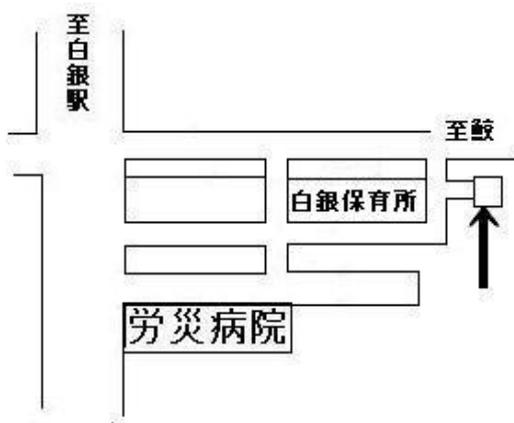


きらきら

6月号 令和7年6月1日発行



八戸グリーンハイツ デイサービスセンター

TEL：0178-31-0511

住所：青森県八戸市大字白銀町字沢向15の2

5月の行事・活動



『買い物ドライブ』

今月は、湊高台のユニバースへお邪魔しました。物価高で、値段とにらめっこしたり、欲しいものが見つかり喜ばれる方もいました。



『母の日』

5月11日は「母の日」
手作りのカーネーションを皆さんへプレゼント
「いつも ありがとうございます。」



お知らせ

6月の行事

☆海岸ドライブ☆
天候を見て行きます。

☆誕生会☆
誕生日に合わせて行います。

デイサービスからのお願い

※無記名の落とし物が届く事があり、困っています。なるべく持ち物に名前の記入をお願いします。

※感染予防の為、ご利用される日の朝に、体温測定を行って頂き 37.5℃以上の場合は、お休みのご協力をお願いします。また、マスク着用をお願い致します。



『日中の様子』

日々の様子を「パシヤリ」
手作業や体全身を使った体操、様々なレクリエーション
を行い楽しみながら、機能維持を図っています。



～編集後記～

梅雨の時期に入り、段々に八戸も梅雨入りになりそうですね。日中の雨や湿気によるカビだけではなく、食中毒にも注意が必要になっていきます。食品管理には気を付けて下さいね。6月は、ドライブを予定しています。楽しみにしててくださいね。

山内・中崎・中道

今月の豆知識

かたつむりは、野菜やきのこを食べる他に、意外なものも食べるようです。それは、、「コンクリート」かたつむりが殻を維持、形成する為には、炭酸カルシウムが必要で、雨でぬれたコンクリートから炭酸カルシウムがしみだし食べているようです。家でも見られるかもしれませんね。

八戸グリーンハイツのホームページに繋がるQRコードです。
デイサービス職員によるブログや各事業所の情報など記載しています。
携帯電話などから読み取り、是非ご観覧ください。



毎日の簡単体操チェック表

自宅でできる簡単な体操をご紹介します！チェック表もありますので、活用してみてくださいね！

今月の体操は、「息を大きく吸い手を胸の前で組む、息を吐きながら組んだ

手を遠くに伸ばしながら 10秒数える」

自律神経を整える効果に期待できます。

6月	チェック欄	6月	チェック欄
1日		17日	
2日		18日	
3日		19日	
4日		20日	
5日		21日	
6日		22日	
7日		23日	
8日		24日	
9日		25日	
10日		26日	
11日		27日	
12日		28日	
13日		29日	
14日		30日	
15日			
16日			