

サンシャインデイサービス通信

発行日 令和4年10月1日 第150号

デイサービスからのお知らせ

9月19日～22日に敬老会を行いました。日頃の感謝とこれから心身ともに健康に過ごしていただきたいとの気持ちを込めて、心ばかりのプレゼントを贈り、お祝いさせていただきました。



寿



敬老の日

9月15日～17日に『おやつ作り』を行いました。あんこやわらび餅、寒天を好きなだけ乗せたあんみつにアイスを乗せて、皆さん美味しいと完食されていました!!



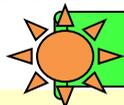
★今月の行事予定★

10月は紅葉狩りドライブを企画しています! コロナの影響で7月に中止となった道の駅でのショッピングツアーを合体させ、一度で二度おいしい行事にしようと考えて中です。綺麗な紅葉と秋晴れの好天に恵まれるように祈るばかり…

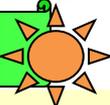
●デイサービスの営業について●

毎週月曜日～土曜日まで営業しており、祝日も営業しております。曜日によっては受け入れに若干の余裕がありますので、新規利用の他、利用日の追加等も可能です。

体調に不安のある方は短い時間での利用も可能です。地域の中の身近な施設として、介護に関するご相談、施設見学等も受付しております。まずは、お気軽にお電話ください。



編集者からの一口メモ



「秋バテ」という言葉をご存じですか? 「夏バテ」に比べると耳馴染みのない言葉ですが、悩む人は意外と多いそうです。症状は夏バテに似た症状で○だるい○やる気が出ない○疲れがとれない○頭が痛い○眩暈がする○食欲がない…などがあるそうです。原因としては、暑く湿気の多い夏から涼しく乾燥した秋に変わる気候の変化と、天気の変化による1日の寒暖差がとても大きい季節の為、その2つの変化によって身体もついていくのがやっとです。「秋バテ」にならない為には大きな2つの変化に対応できる体力をつけるために「食欲の秋」ともいわれるこの季節の旬の食材を使って「疲労を回復し体を元気にする」「胃腸を整える」を意識して過ごしてみてください。

◆体験利用を受け付けています◆

☆ご自宅まで送迎いたします。

☆お風呂に入れます。

※ご不明な点はケアマネジャーか施設へお気軽にお電話でお問合せ下さい。

サンシャインデイサービスセンター

TEL 0178-23-5005

特別養護老人ホームサンシャイン

TEL 0178-23-5050

サンシャインショートステイ

TEL 0178-23-5275

サンシャイン居宅介護支援センター

TEL 0178-23-5050

住所

〒039-1111 八戸市東白山台2丁目2-1

メールアドレス

sunshine-toko@garnet.broba.cc