いきいきだより

いきいきの郷
通所介護事業所
令和4年6月24日 発行
第 135 号
☎ 023-681-4768
http://kagayakinokai.or.jp/
編集：岩城彩華

日中活動紹介

【お楽しみ】

お楽しみ活動前半に、炭酸ジュースを皆様と一緒に作りました。メロン、ブルーハワイシロップを使用し、爽やかな炭ジュースが出来上がり、乾杯をして美味しくいただきました。

後半に、デイサービスベランダに出て外気浴を行いました。暖かい日差しの中、お話をされたり、「ふるさと」「最上川」を歌い、新鮮な空気を吸いながら初夏の訪れを感じることが出来ました☆

【創作活動】

創作活動では、5月の節句に合わせて「鯉のぼり」を作りました。鱗の色を変えたり、工夫をして鯉に色を塗らされていました。完成した鯉はお持ちかりになる方やデイルーム脇の壁画に飾り、活き活きと気持ちよさそうに泳いでいます。

【お料理教室】

栄養士主催による「クレープ作り」を行いました。成安産苺「おとめ心」を使い、皆様と楽しく作ることが出来ました。

苺や苺ソース、生クリームをトッピングし、生地を巻いて頂きました。自分で作ったクレープの味は特に絶品だったようです☆「また、食べたい！とっても美味しい！」と笑顔がほころびました。

脱水症に注意！

高齢になると、体内の水分量の減少や内臓の働きの低下などにより、脱水症になりやすくなります。特に夏場は水分を奪われやすくなるので、こまめに水分補給を欠かさないようにしましょう。

脱水症のサイン

- **皮膚が乾いている（脇の下等）**
- **唇・口の中が乾いている**
- **腕や手の甲の皮膚をつまむと、元に戻るのに時間がかかる**
- **爪を押してすぐにピンク色に戻らない**
- **反応が鈍い**
- **頭痛・吐き気がある**

このような症状が見られる場合、脱水症になっている可能性があります。経口補水液やスポーツドリンクなどで水分補給をし、様子を見ましょう。意識が朦朧としている、話しかけても反応がないなどの症状が見られる場合は、高度の脱水症に陥っている可能性があります。すぐに救急車を呼びましょう。

7月のお菓子

「月山のしらゆき」

フレッシュ栄月

残雪が残る月山の雪のようにきめ細かいスポンジにごまあんをサンドしたすっきりとした風味。

栄月さんならではの、優しい和菓子です。皆さんにも大好評です。

是非、ご賞味ください。

フォトギャラリー☆お楽しみ編☆