



暑さが尋常ではない今年の夏、一時的に暑さの和らぐタイミングはあっても夏の平均気温は例年より高く、酷暑の夏になりそうです。皆様はいかがお過ごしでしょうか。

真夏日や猛暑日、熱帯夜の日数についても、平年より多い予想ですので、ここで当社では2つほど提案いたします。

- 1) 脱水症予防のため、全施設、水分補給に取り組んでいます。食事の時のお水、または居室での水分補給、お風呂上がりなど、それぞれに飲みやすいタイミングを見ながら、水分量を増やしていただくつもりです。一日の目標摂取量も人により違いがありますので、ご協力のほど宜しくお願いいたします。
- 2) エアコンについても、付けたり消したりせず、冷房 27 度のまま、付けたままにしておいてください。27 度で快適であれば、そのままで良いですし、自動運転なら設定温度になれば一時停止して室温上がれば再運転します。急に冷たくしたり、暖房にしたり、むしろこまめに動かさないことがポイントです。

また元気であるためには、「食べることも」大事です。夏は食欲が低下しがちですが、エネルギーを入れなければパワーは出ない。夏ならではの美味しいものも、厨房で考案していきます。「こんなものが食べたい」というものがあれば、スタッフにお話しくださいますよう。私の夏の大好き麺は、スダチをいっぱい浮かべたお素麺。涼しげで食もすすみます。



今年の夏祭りは、8月4日月曜日。例年通り、かき氷や楽しいゲーム、民謡大会など。一緒に楽しみたいので、皆様ご参加くださいませ。

ここに7月の請求書を同封いたします。何かありましたら、各総務にお問い合わせをお願いいたします。

ますます厳しい暑さに向かいます折、ご自愛専一にお願い申し上げます。

令和7年7月9日 総施設長 神原美智子

七夕様に想いをこめて



ぼえむの森



森のデイサービス



皆で鉢植え〈森デイ



▲育てた野菜で収穫祭〈徳寿〉▼



◀加賀野の森七夕▲



夏野菜
ピザ〈福寿



ぶどうゼリー
(ADL



七夕素麺
〈賜賀



◀豆ご飯
〈徳寿