

5月 きれんげ便り



緑鮮やかなうるわしい季節となりました。5月の天気には負けない元気なきれんげの皆様、散歩をしたりゲームで楽しんだり5月を満喫されています。これから暑くなってくるので暑さ対策も気をつけましょう！水分補給をこまめに行いましょう！

鯉のぼり作り



鯉のぼりの飾り作りをされました！細かい作業も完成を楽しみに頑張っていました！



レクリエーション



レクリエーションで楽しく体を動かして交流されています！！

母の日



散歩



5月に入ってお天気が続きました！ぽかぽか陽気に誘われ施設周辺を散策されお花を見たりお話をしたりされ楽しく歩かれました！



今年はマスク着用 特に熱中症注意しましょう！

熱中症 対策できていますか？

これからますます暑くなってきます。熱中症を防ぐために

3つのポイントがあります。体調管理も大切です。

暑い夏を乗り切るため元気に過ごしましょう！

1. 暑さを避ける 室温の調整 衣類の調整
2. こまめに水分補給を行う
3. 運動で体づくりを行う 暑さに負けない体を作しましょう