

6月

# きれんげ便り・元気通信



今年は梅雨入りも早く雨が少ない梅雨となっています。気温も上がり初夏を思わせるような暑さとなっています。梅雨明けが待ち遠しいですが今年の夏も猛暑となると思うと熱中症対策や体調管理が重要となってきます。室内ではエアコンなどを使って涼しくしてこまめに水分補給を行い、体調管理に気をつけていきましょう！

## 調理



生活リハビリの一環で野菜の皮むきや包丁を使って野菜を切る作業を行っています。

皆さん集中して行っておられますが楽しく活動されていますよ！



## まき団子づくり



みなさん美味しいまき団子を作るんだとしっかりこねて作っておられましたよ！



## 笑顔写真館



## 綺麗なお花と記念撮影



集団でタオルや棒を使っての体操や個々に身体状態に合わせて行う体操や運動を行っています。皆さんがいつまでも元気でいれるように無理なく対応しています。



こまめな水分、塩分の補給、扇風機やエアコンの上手な使用など暑さ対策を行いましょう！



## リハビリ・体操

