

5月



元気通信



5月に入って気温も上がっていいお天気が続いています。心地よい風を感じながら散歩をされたり様々な活動に取り組まれています。これから気温も上がり暑くなってきます！水分をこまめに補い、体調管理を行って熱中症に気をつけましょう。



今月の活動様子

囲碁



日向ぼっこ



がんばるぞ～



名人戦



暖かくて気持ちがいいですよ～

きれいでしょ！



お散歩



手作り脳トレパズル
ペットボトルキャップに書いてある数字を合わせるパズルです！

足癒でゆっくり



カラオケ～♪



脳トレ問題



熱中症 予防



できてますか？



熱中症・脱水症にならない体づくりを心がけましょう！

しっかり食事を摂って睡眠をとるようにしましょう！

水分補給、室内温度調整、衣類の調整なども気をつけることが大切です！

