

フィオーレだより

(発行) 有料老人ホームフィオーレ美杉 〒573-1137枚方市西招提町1255番地 電話072-864-0108 2019年6月発行

あっという間に春が過ぎ去り、晴れたり雨が降ったり、天気の移り変わりが多いこの時期。気候の変化はありますが、この時期ならではの自然に触れたり、室内ならではの遊びを楽しみながら体調管理に気をつけ、今月も楽しんで過ごしていきたいと思います。

外出レク(モーニング)



今回初めて、朝外出レクとして、ガストへ朝食を食べに行きました。眠たい様子の方や散歩がてら、歩いてガストまで行かれた方も、ガストに着くと、早速メニューを吟味され、大きな食パンやパンケーキを口いっぱい召し上がられていました。「また行きたいな」「今度も誘って」と言葉掛けて頂きました。

外出レク(ランチ)



長次郎(回転寿司)に行ってきました。メニューから食べたいお寿司を選ばれたり、回ってきたお寿司を手にとられたりして、お寿司を召し上がられていました。「こんなに食べられないわ〜」とおっしゃっていた方もぺろりと完食されていたいました。



行事予定(7月)



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8 華びらき	9	10 尺八	11	12	13
14	15	16 喫茶クラブ	17 喫茶クラブ	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	※7月は、外出行事を予定しております。詳細決まり次第、ご連絡させていただきます。		

お知らせ

料理クラブはじめます！

月一回程度、料理作りやお菓子作りを少人数でワイワイ楽しくしていきたいと考えています。

料理、お菓子作りが好きな方や興味がある方は、参加お待ちしております。費用等の詳細は職員にお声掛け下さい。



第一回目は



『パンケーキ』

を作ります。

健康管理室より

脱水症について



脱水症になると

脱水症の予防には水分補給が欠かせませんが、皆さんは何で水分を補っていますか？最近では経口補水液で水分補給する人が増えていますが、その味で「かくれ脱水」なのか否かがわかるのです。

経口補水液を飲んで「無味」あるいは「甘い」と感じたら、「かくれ脱水」の可能性がります。経口補水液の塩分は0.3%程度なので通常なら「少ししょっぱい」と感じます。

脱水状態になると体液の塩分濃度が変化するため、味覚も変わるそうです。

経口補水液を飲む際、その味をチェックして体の状態を確認してみてください。