



令和8年 5月 ひょうたん 新聞 vol328



日	月	火	水	木	金	土
毎週火曜日 毎週金曜日 散髪の希望	移動販売車がやって来ます。 ヤクルト販売、ぱんだパン販売があります。 がある場合はお申し出下さい。(予約制)				1 さつまいも植え	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 園芸クラブ	8 誕生日会	9
10 母の日	11 災害訓練	12 とうもろこし植え	13 アニマルセラピー	14	15 クッキングクラブ	16
17	18	19 いつこCafe	20 マッサージ	21	22 カレンダー作り	23
24	25 ナースの健康教室	26 さわやかゲーム	27 お茶の日	28	29 フラワーアレンジメントクラブ	30
31	レクレーションは変更になる場合があります			灘崎荘 ティサービス 電話 086-362-5050		

さつま芋植えがあります

今年は数年ぶりにさつま芋を植えます。11月に収穫し、皆さんでやきいもを作って食べようと計画しています。ワクワク作って、パクパク食べて楽しみましょう。

日々のレクリエーションについて

ひょうたん新聞で日々のレクリエーションをご案内していますが、急遽変更となる場合があります。ご理解の程、よろしくお願い致します。

体調管理について

「ちょっと熱があるかな?」「体がしんどいな」と感じられる場合は利用を中止し、お早めに受診して下さい。また、デイサービスでは、利用時に発熱37.5℃を超えた場合は利用中止し、お迎えをお願いします。ご理解とご協力をお願いします。

災害訓練があります

災害訓練を行います。いつ起こるかわからない大地震に供えて、皆さんと一緒に訓練を実施します。皆さんのご協力をお願いします。

灘崎荘デイサービス
岡山市南区彦崎2300
TEL 086-362-5050

ひょうたん新聞脳トレチャレンジ

物忘れ予防の為の問題です。しっかり頭の体操をして元気に楽しく暮らしましょう。

実施期間 令和8年4月から令和9年3月
※チャレンジしてみましょ。
毎月提出で良いことあるかも!?

問1、納豆には血液をサラサラにする効果があります。その効果をより高めるにはどの時間帯に食べるとよいでしょうか。

- 1.朝 2.昼 3.夜

問2、「雑炊」と「お粥」の違いはなんでしょうか。

- 1.炊いたご飯で調理するか、生米から調理するか
2.具が入っているか、入っていないか
3.味付けが濃いか、薄いかな

問3、喉が渇いていないなら水分を摂らなくてもよい。

1. ○ 2. ×

問4、高齢者は若者と比べて喉の渇きを感じにくい。

1. ○ 2. ×

問5、入浴後は水分補給をしたほうがよい。

1. ○ 2. ×

問6 水分を摂取しないと脱水状態となるが、それが原因で「脳梗塞」や「認知症」になる可能性が高くなる。

1. ○ 2. ×

問7 水分摂取を怠ると便秘になる可能性がある。

1. ○ 2. ×

春の茶会

令和8年4月



長年茶道を学ばれた灘崎荘デイ最高齢のご利用者様にお茶を点ていただきました。

灘崎荘デイサービス
岡山市南区彦崎2300
電話 086-362-5050