



ひまわりファミリー通信

~R2.8~



梅雨が明けて、気持ちの良い青空の日が続いています。同時に気温も上がり、夏本番の気候になりましたね。ひまわりでは冷房を適切に利用して、皆さんの身体に負担のかからない室温にしていますが、快適だと感じる温度は人それぞれです。寒いと感じたら薄手の上着を羽織ったり、汗をかいた時の着替えやタオルをロッカーに入れておくなど、各自で工夫をしましょう。

また、気温が上がり、食材が痛みやすい季節でもあります。お弁当は保冷バッグに入れて持参し、来所したら冷蔵庫に入れるなどの対策をお願いいたします。

ひまわり農園ではかぼちゃとスイカが立派に育ち、たくさん収穫することが出来ました。先日、冷やしたスイカを昼食後に半玉カットして、みんなで味見をしました。甘くて美味しいスイカでしたね♪スイカは水分補給に役立ちますし、体温を下げる効果もあり、熱中症の予防にもなります。「喉が渴いた」と感じる前に、こまめに水分を摂るようにしましょう。

《活動報告》

☆7月24日(金) 食事会 場所:ひまわり

当日までメンバーの皆さんにはメニューを伏せて、ランチ会を行いました。メニューは手巻きおにぎりセット(ごはん・焼き海苔・梅・昆布の佃煮・明太子)、おかずにとりごちの唐揚げ4個、野菜の煮びたし、枝豆、ゆで卵。デザートにオハラさんから頂いたくずきり(ゆずレモン味)と、盛りだくさんでした。感染症に配慮して、一人分ずつパックに詰めてお渡ししました。おにぎりセットとはいえ、にぎらずにご飯として食べる方や、全部ひとまとめにして爆弾のような巨大おにぎりを作る方など、食べ方は人それぞれでした。ちょっと量が多かったでしょうか(笑)久しぶりの食事会、楽しんでいただけたなら嬉しいです♪



《今後の予定》

- ・8月10日(月)は開所日といたします。休まれる方は、職員までお知らせください。今年のお盆休みは、8月14日(金)~8月16日(日)です。
- ・8月21日(金) 職員勉強会
午後に職員勉強会を行うため、作業は午前中のみとなります。食事会を行うかどうかは職員で話し合い、決まり次第お知らせいたします。

また、感染予防のためにマスクの着用と、来所時の手指消毒と検温に引き続きご協力ください。よろしくをお願いいたします。