

田植えも終わりさわやかな風が青田を渡る季節になりましたが、日中は少し汗ばむような時期となってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。まだ体が暑さに慣れていないこの時期、実は熱中症や脱水が起こりやすい季節なのをご存知ですか？人間は1日に汗や尿などで2000～2500mlの水分を排出してしまいます。ですから、食事の他に約1500ml以上の水分摂取が必要となります。熱中症や脱水を防ぐ為に、こまめな水分補給を心掛けましょう。

### ★6月の行事予定★

☆父の日

☆折り紙教室

☆昼食ハイキング

☆体操教室

☆床屋

☆絵手紙教室

☆ドライブ

☆その他

★晴風園HP <http://shiseikai-seifuen.com>

### 【作品コーナー】



### 折り紙教室

### ボランティア教室

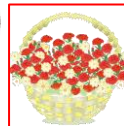
### 体操教室

### 絵手紙教室



### 母の日

今年も母の日に、感謝の気持ちを込めてプレゼントを贈りました。



# 昼食バイキング

今月も春の食材をふんだんに使ったメニューをご用意させて頂きました。今が旬のアスパラなどを使った変わり天ぷらや、うどのきんぴら、希望メニューの焼きそばなどいろいろな料理を楽しみました。



# つつじ見ドライブ

今年の春のドライブは矢板の長峰公園につつじを見に行き、きれいな花と景色を楽しむことができました。



## 【お知らせ】

- ★必要な方は、入浴後につける保湿剤等のご準備をお願いします。
- ★床屋を希望される方は、職員までお声掛け下さい。(毎月実施しています。)
- ★見学・相談も随時受付けていますので、お気軽にお越し下さい。
- 《お問い合わせ先》0287-28-3800 (不通の場合:090-1456-5539) FAX:0287-28-3600
- ★晴風園では看護師、介護士、ホームヘルパーを募集しています。興味のある方は気軽にお電話ください。
- 《お問い合わせ先》0287-29-1790 住所:大田原市下石上1258番地



