

# でいけあー瓦版

## 7月

VOL. 203  
令和元年 梅雨晴れの候  
介護老人保健施設エスペランサ

## 七夕



今年は、梅雨入りが遅く毎日天候の変化が著しいですね。体調も崩しやすい時期です。睡眠・栄養・適度な運動・水分補給にと自己管理をして、気持ち良くすごしましょう!!!



### 7月の催事の予定です \*都合により変更もあります。



- 11日(木) 23日(火) 音楽療法 10:45~
- 24日(水) 生花クラブ 13:30~
- 25日(木) サマーコンサート



第1月曜日・第4月曜日 書道クラブ 13:30~



### <レクリエーションの予定>

- 1日 ~ 6日 七夕飾り
- 8日 ~ 13日 足で玉入れ
- 15日 ~ 20日 ピタッ!とゴルフ
- 22日 ~ 27日 夏祭り



- 1日~6日⇒男性が先
- 8日~13日⇒女性が先
- 15日~20日⇒男性が先
- 22日~27日⇒女性が先
- 29日~8/3日⇒男性が先

