

でいけあ一瓦版

8月

vol.240

介護老人保健施設エスペランサ

発行日 令和4年8月

令和4年7月19日付けで、新型コロナウイルス感染症に係る対応についてのお手紙を入れています。デイ来所時に①37.0℃以上の発熱②呼吸器の症状(咳など)、喉の痛みなど体調不良がある。*** 感染力が強く、喉の不調(違和感・イガイガ・かすれ声等)が出る事が多いとの情報がありますので、少しでも症状があるようであれば、来所を見合わせ、医療機関にご相談下さい。**日に日に暑さの増すこの時季は、屋内外の行き来による激しい気温の変化で自立神経が乱れ、消化機能の低下を引き起こしがちです。栄養の吸収をよくするためにも、腸内環境を整えて免疫力を高めておきたいですね。腸内環境を整えるのに助けになるのが乳酸菌です。乳酸菌を多く含むヨーグルトやチーズ、発酵食品を積極的に取り入れながら腸を整え、適度に運動をすることで、暑さに負けない元気な体でお過ごし下さい



スタッフと利用者様とでハイビスカスを作りました。又壁紙の変化を楽しみにして下さいね



鶴の折り方を思い出しながら折られました…(^ω^)…

8月の壁紙



立位訓練を頑張っておられます



おしぼりを一緒に畳んで下さいました。



100まで数字パズル完成されました。