

ライフケア 柏原だより



お盆過ぎても暑さが続いておりますが、つくつくぼーしや蛸(ひぐらし)の声を聞くと、夏の終わりを感じます。残暑もあと少し、夏の疲れで体調を崩さない様、気をつけてお過ごしください。



少しでも、涼んで頂けます様に壁紙に「暑中お見舞い」を作成しました。文字は貼り絵で作成し、朝顔は竹竿に巻きつけ、とんぼを遊ばせてみました。

お部屋用にはお好きな柄を選んで、夏の演出を楽しんで頂きました。

残暑も笑顔で乗り切りましょう！



各ユニット 催し紹介

ユニットくつきんぐ

夏はやっぱり 漢遣け

夏はやっぱり 梅オクラ

大事なのは 増加減!

大事なのは ねばり!

美味しく〜

ご飯がすすむ〜

サッパリして目が覚める〜

ビールが飲みたくなる〜

ちよいとお出かけしました〜

油山展望台

つばき園での静かな風景ですが、パノラマの眺めは素晴らしいです!

おひなまつり

おひなまつり

たこやきパーティー

たこやきパーティー

山笠があるけん博多たい

山笠があるけん博多たい

かき氷はいかがですか〜

かき氷はいかがですか〜

原船ぱーは毎日の日録です

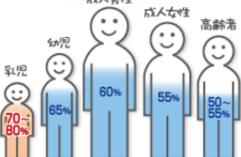
原船ぱーは毎日の日録です

ALOHA

ウクレレ 演奏会



がらたの中には、どれくらいの水分があるの?



十分な水分補給を!

人間の体の50~90%は水分で出来ていて、年齢を重ねる毎に成人では60~64%、64歳以上の高齢者では50~55%と減少していきます。その上、何もしなくても1日に2300mlもの水分が奪われていきます。喉が渴いた頃には既に脱水状態だった!なんてことにならない様に、特に高齢の方は1日コップ(200ml)7~8杯分の水分を摂りましょう。

