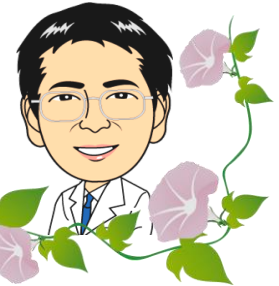




本格的な夏が到来してきます。目があけていられないほどの陽の光、皮膚を刺すような日差し…私たちは暑さをしのぐためについつい冷房の効いた室内で過ごす時間が長くなってしまいます。室内は心地よい空間ですが、体にとっては代謝が悪くなり運動不足になる時期でもあります。室内でもできる運動をして、暑さに負けない体を作っていきましょう。

医療法人 松清会 理事長 松本 清



## 7月の予定

先月 6月はこんなことをしました

日	月	火	水	木	金	土
		1 七夕ゲーム	2 大正琴発表会	七夕ゲーム		
		星を釣ろう		音色に浸って	星を釣ろう	天の川をイメージして…
		肉うどん	さぼの味噌煮	7-30-11	炊き込みご飯	ささみフライ
6	7	8	9	10	11	12
	七夕ゲーム	体力測定				
	ホール入れ	3か月に1回行います!				
	ちらし寿司	揚げ出し豆腐	卵とじうどん	ポークビーンズ	煮魚	エビピラフ
13	14	15	16	17	18	19
	8月カレンダー作り					
	夏といえば…すいかでしょ!					
	鮭ご飯	★他人煮	変わり揚げ	★冷やし中華	すき焼き風煮	鮭タルタルソースかけ
20	21	22	23	24	25	26
	全体作品作り					
	みなさんで夏らしい巻絵を作ります					
	ぶり照煮	そばろご飯	卵の袋煮	鶏照煮	きつねうどん	肉豆腐
27	28	29	30	31		
	選択シク					
	カラオケ	しゃぼん玉	神経衰弱	回想法		
	★夏野菜カレー	うなぎちらし寿司	★枝豆ご飯	魚フライあんかけ		

### 7月カレンダー作り



ひまわりが元気に咲いています! 本物そっくりですね☆

### 七夕飾り作り



日本三大七夕をイメージして、完成させました! 7A-内が華やかです♪

### 望農園だより



じゃがいも掘りをしました。お手伝いして下さったみなさん、ありがとうございました!! 昼食でお出ししますので、お楽しみに♡



望メディカルデイサービス【事業所番号 2371402989】

〒458-0919 名古屋市緑区桶狭間神明1701番地

TEL(052)626-0067 <http://nozomi-candd.net>

Fax(052)626-0061 担当: 長野・川端(生活相談員)

来月 8月にはこんなことをします

- ・ 9月カレンダー作り
- ・ 夏祭り