



日	月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 15%;"> <p>七夕飾り作り</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>折り紙で星作り★</p> </div> <div style="width: 15%;"> <p>完成したよー♪</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>元気に過ごせませうように……と</p> </div> </div>						
2	3	4	5	6	7	8
営業日	タオル体操 テーブルゲーム 個人カレンダー	棒体操 ビューティクラブ 個人カレンダー	DVD体操 回想法 個人カレンダー	セラバンド体操 テーブルゲーム 個人カレンダー	タオル体操 おやつ作り 個人カレンダー	棒体操 お茶会 個人カレンダー
9	10 山の日	11	12	13	14	15
営業日	DVD体操 おやつ作り	セラバンド体操 祭 夏祭り	タオル体操 誕生日会 祭 夏祭り	棒体操 ビューティクラブ 回想法	DVD体操 誕生日会 テーブルゲーム	タオル体操 回想法 脳トレーニング
16	17	18	19	20	21	22
営業日	セラバンド体操 生け花 個人作品作り	DVD体操 トレパチ 個人作品作り	棒体操 料理クラブ 個人作品作り	タオル体操 トレパチ 個人作品作り	セラバンド体操 回想法 個人作品作り	DVD体操 おやつ作り 個人作品作り
23	24	25	26	27	28	29
営業日	棒体操 ビューティクラブ 歩行訓練	タオル体操 回想法 共同作品作り	セラバンド体操 誕生日会 共同作品作り	DVD体操 書写・脳トレ 共同作品作り	棒体操 ビューティクラブ 共同作品作り	タオル体操 テーブルゲーム 共同作品作り
30	31	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block; text-align: center;"> <p>8月のメインイベントは 夏祭りを予定しています！ お楽しみに♪</p> </div>				
営業日	DVD体操 書写 共同作品作り					

七夕会

七夕ではゲームを行い、点数を競い合い楽しませてました！
職員による、ハンドベルでの演奏会も♪

トレパチ！テーブルゲーム

いかに多くの札を集められるか、坊主が出てこないことを願いながらハラハラドキドキの坊主めくりに挑戦～！

坊主はでないで～

夏に気を付けたい！ 心臓トラブル

心臓病は冬に多い傾向がありますが、夏も油断できません。夏は高温多湿で睡眠不足になりやすく、暑さによるストレス、発汗により体内の水分が失われて血液がドロドロになり、血栓ができやすくなるなど、心臓に大きな負担がかかります。そのため、次の事に気を付けましょう。

- **脱水症状を防ぐ**
水分をしっかりと補給し、炎天下での活動に注意！
- **温度差に注意する**
冷房の効いた室内から屋外へ出るなどの急激な温度差により血圧の上昇につながります。
- **気温の高い時間帯(昼間)の外出をできるだけ避ける**
気象情報でその日の高温時間帯を調べてみましょう。