

暑さ対策

連日のように熱中症警戒アラートが発表され、通所の皆様にも「こまめな水分補給を心がけましょう」とお声かけをさせて頂いています。

夏をのりきるアイテムとして、「冷えピタ」「ネッククーラー」「ハンズフリー扇風機」「日傘」などがありますが、電気を使わずに涼しくなる方法として、風鈴やうちわがあります。今年もご利用者の皆様と楽しく作品作りをさせて頂きました。

風鈴は、プラスチックコップに色とりどりのマスキングテープを貼り、鈴と短冊をつけたら完成です。短冊には好きな言葉を添えました。

うちわは、書道クラブの利用者が作成した「夏」「涼」「海」の1文字を、好きな絵と一緒に貼り付けました。



エアコンも効果的に使いながら、今年の夏も元気にのりきっていきましょう。
これからも季節を感じながら、皆様と一緒に楽しく過ごしていきたいと思ひます。

ケアセンター南大井 通所リハビリ 相談員 森田笑加