



レクリエーションの様子



『スイカ割り！』
夏と言えばスイカ！！スイカと言えばスイカ割りです！！まだ、梅雨が明けていませんが、今年も行いました。スイカの入っているボールに棒が当たると、「ゴーン♪」と除夜の鐘のような素敵な音が響きます。今年は除夜の鐘が何回聞かれたでしょうか？

今月の作品作り！



塗り絵がお上手で、夢中で塗っているところに、他の方も興味津々で自然に集まって、色使いや塗り方をご覧になっていました。出来た作品はとてもやさしい色使いでした。⇒



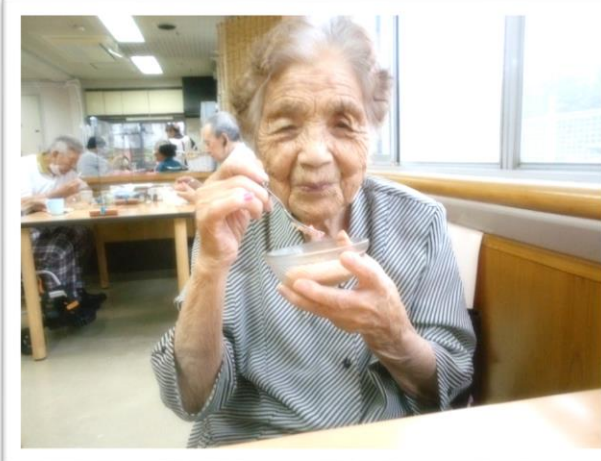
毎日の体操風景



『朝ちく体操』
ちくわのような柔らかいスポンジの棒を使って体操を行なっています。手に持ち体を捻ったり、手足を動かしたりすることで筋力を使います。朝霞の朝とちくわをとって朝ちく体操と名前をつけました。

季節の行事・日常の様子

7月号で紹介した
梅シロップができました。



材料は梅と角砂糖だけなので、天然の梅の味と香りが存分に味わえます。さっそくかき氷にかけたり、ジュースにしたりして、お風呂上がりに皆さんに召し上がっていただきました。

道野理学療法士から

「フレイルの進行を予防しましょう」
外出を控えることで生活不活発（動かないこと）による心身の**虚弱**が現れることをフレイルと言います。2週間の寝たきりにより失う筋肉量は、7年間に失われる量に匹敵するとも言われています。そこで「ゆるいスクワット」は如何でしょうか？椅子からゆっくりお尻を持ち上げ ゆっくり椅子に戻ります。ゆる〜く続けましょう。



8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	金魚すくい					
9	10 山の日 お休みです	11	12	13	14	15
	輪なげ					
16	17	18	19	20	21	22
	お手玉送り					
23	24	25	26	27	28	29
	カレンダー作り					
	30	31				

お知らせ

朝霞地区福祉会 正規職員募集『看護師 保育士』 令和3年4月新規学卒者も募集中！
法人内の各施設におきましてもパート職員も募集しております。
法人HP：<http://www.a-fukushikai.org>

求
人
情
報

朝霞地区福祉会 正規職員

看護師、保育士

令和3年4月新規学卒者も募集中！
保 育 士

法人内の各施設におきまして
パート職員も募集しております。
各種求人情報の詳細は
HPをご覧ください。

法人HP (URL) : <http://www.a-fukushikai.org>

