

ゆうハイム通信 平成28年 6月

おとなの学校

今後の開講予定です。

6/12 (日)、6/14 (火)

6/19 (日)、6/21 (火)

いろいろな授業が開かれますので
楽しみにしてください。



お知らせ

6月より沼田市の健康診断が始まりました。定期検診の際声をかけさせていただきます。ぜひ普段受けない検査も受けてみてはいかがでしょうか。



004.jp - 07/07/13

「二十四節気」

6/6 芒種 (ぼうしゅ)

芒(とげのようなもの)のある穀物の種まきをする頃です。



6/21 夏至 (げし)

一年で一番昼が長い日。花しょうぶや紫陽花(あじさい)などの雨が似合う花が咲く季節です。



6/16 (木) 午後1時30分～

(木曜日ですが音楽療法がお休みの日です。) **レクレーション**にみんなで焼きそばを作しましょう。



おさんぽ

モルちゃん、ゆうちゃんお外デビューしました。陽気がよくなってきたので散歩に中庭に出ました。気持ちよさそうにぴよんぴよん走ったり新鮮な草に鼻をつけたりしていました。中庭に出る際はお足元にお気を付け下さいますようお願いいたします。



エアコンの節約には冷房の温度設定を高め。場合によっては除湿より冷房の方が安くすみます。



梅雨の季節となりました。気温、湿度差が大きくなります。暑さに体が慣れていませんので熱中症にも十分注意しましょう。

◎脱ぎ着しやすい服装で温度調整をしましょう。

◎こまめに水分を取りましょう。

◎しっかりと睡眠をとりましょう。