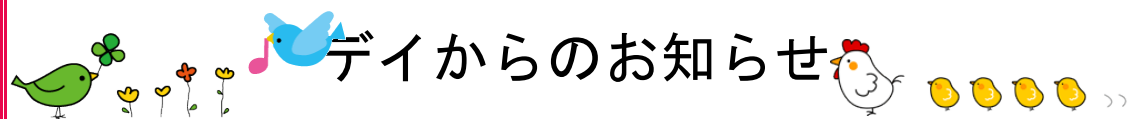


# みどりー夢クラブ

第191回  
6月号

日	月	火	水	木	金	土
1	健康体操は 料金は要りませんが 定員10名 申し込みが必要です。	習字	習字	絵手紙		シナプソロジー
5	6 足マッサージ 歌の会 シナプソロジー	7 七宝焼	8 習字	9 絵手紙	10 小筆	11 シナプソロジー
12	13 パステルアート シナプソロジー	14 健康体操	15 誕生日会	16 類人猿	17 硬筆	18 シナプソロジー
19	20 シナプソロジー	21 押し花	22 習字	23 イベント マジック教室	24 小筆	25 シナプソロジー
26	27 シナプソロジー	28 ポーセラーツ	29 習字	30		毎週土曜日 移動スーパー とくし丸

※赤文字の教室は別途材料費が必要となりますので、詳細についてはスタッフにお問い合わせ下さい。



## 新型コロナも3年目

新型コロナが流行してから3年目を迎え  
デイの中でもマスクの着用、送迎時は体温測定、手指消毒の徹底、  
アクリル板の設置、お食事は黙食など  
皆様のご協力もあり、色んな対策を取り入れて感染予防に努めております。  
今後も皆様が安全、安心に利用できるデイサービスであるように  
職員一同心がけていきたいと思っております。



ちなみにコロナ禍になり売り上げが伸びたものは  
血圧計。以前は病院の待合などで待っている間にできましたが不特定多数  
が使用するので撤去されたところが多く、個人で所有する方が増えたそうです  
他にもヘアトリートメントなど美容院など密にならないといけない場面が多いので  
髪を切るのを自粛しているといった声が多かったり  
マスク着用の場面が増えた為口紅の売り上げが減るといった  
世相が反映されているようです。

## 栄養のワンポイントアドバイス！

皆様へ栄養の事や食材の調理方法などを  
ワンポイントアドバイスでお伝えしていきます！

### 大葉

初夏におすすめな食材は大葉です。  
大葉はβカロテン、ビタミンB1、カルシウムが多く  
大葉には①血行促進効果、②免疫力アップ、③骨密度を高める効果  
④食欲消化効果、⑤心身回復効果、⑥アレルギーの改善  
⑦美容効果など様々な効果が期待できます  
また大葉の独特な香りには防腐と殺菌作用もあります。  
オススメの調理方法はお味噌汁に使用したり  
パスタやおにぎりに和えたりと万能なので  
是非旬な季節に味わってみてください！



来月の予定 7月の誕生日会・・・7月20日（水）

お楽しみイベント・・・7月7日（木）  
七夕



## デイサービスセンター みどりー夢

住所：岡山市南区新福二丁目9番29号 TEL(086)262-7771  
FAX(086)262-7780