



青い宙から

令和7年7月号（第129号）

デイサービス青い宙便り
令和7年7月1日発行
発行者 (株)ベイス デイサービス青い宙
発行責任者 石田 京子
<http://www.aoisora-ds.jp>



澄みわたる青空が美しい7月を迎え、夏の訪れを感じる季節となりました。

梅雨の影響が残り曇り空の日もありますが、晴れの日も一段と強くなり 日中の気温も上昇し汗ばむ事が増えてきました。これからの季節、熱中症のリスクが高まるため特に注意が必要です。

外出時や運動時にはこまめに水分補給を行うとともに涼しい場所での休息を心掛けていきましょう。

夏もまだまだこれからですので、体調の変化に注意し夏本番を迎えていただければと思います。



熱中症にならないために…もう一度確認！

直射日光を回避



外出時には帽子・日傘を使いましょう！

冷房を活用



身体が冷える・暑くないから止めておくは危険！
風向きを工夫し常に室温を確認！

夜も危険



換気不十分で室温上昇に注意必要！

暑さに強いという思い込みは危険



高齢者は暑さに対する感覚が鈍くなっています。
汗もかきにくく、熱がこもります。
若い人以上に注意を！

こまめに水分補給



高齢者は喉の渇きを感じにくくなっています。
たとえば喉が渇いていなくても水分を取りましょう。



お誕生日
おめでとう
ございます

頑張ってトレーニング

短冊に願いを込めて...



afm (青い宙農園)

トマトときゅうりを
収穫しました。
美味しそう月



七夕の由来知ってますか？

七夕とは、日本の伝統的な行事の一つで、毎年7月7日に行われます。中国から伝わった星の伝説と、日本古来の風習が結びついて生まれた行事です。

■七夕の由来（伝説）

七夕は「織姫」と「彦星」の伝説に基づいています。

- ・織姫（織物の仕事をする天の神の娘）と、彦星（牛を飼う働き者の青年）は、天の川を挟んで暮らしていました。やがて二人は結婚しましたが、仲が良すぎて仕事をしなくなったため天帝（織姫の父）が怒り、天の川の兩岸に引き離しました。ただし、年に一度、7月7日の夜だけ会うことを許されたとされています。



デイサービス青い宙 概要

サービス提供時間	8:30 ~ 16:40 / 9:30~15:45
休業日	土曜日・日曜日・年末年始(12月30日~1月3日)
電話番号	086-277-4447



青い宙ってどんな所？
私に合うかしら？
職員はどんな人たち？

1日見学、大歓迎♪
お食事&コーヒー・おやつ付 500円