デイサービス青い宙便り
令和2年8月1日発行
発行者　㈱ベイシス デイサービス青い宙
発行責任者　石田　京子
http://www.aoisora-ds.jp

青い宙から

令和２年８月号（第７０号）

夏本番、照り付ける日差しが目に眩しい毎日です。
さて、8月25日は「即席ラーメン記念日」。1958(昭和33)年に日清食品が世界で初めての即席ラーメン「チキンラーメン」を発売したことに由来し、日清食品が制定した記念日だそうです。
日本のラーメンは美味しいと、世界でも大人気です。この季節は冷やし中華もいいですね♪
袋ラーメンや、カップラーメンの種類もたくさんありますが、皆さまはどんなラーメンがお好きでしょうか。
食欲が減退する季節ではありますが、しっかり食べてこの夏を乗り越えましょう！！

あおいそら健康教室

環境省、厚生労働省リーフレットより

熱中症予防×コロナ感染予防で「新しい生活様式」を健康に！

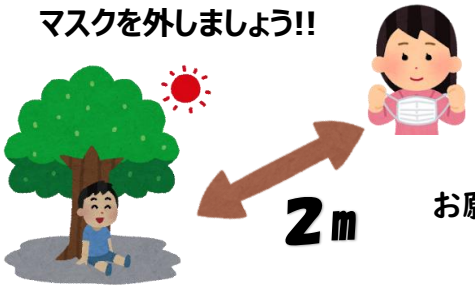
「新しい生活様式」とは：新型コロナウイルス感染防止の３つの基本である ①身体的距離の確保 ②マスクの着用 ③手洗いの実施や「３密（密集、密接、密閉）」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスク着用時は…

- 激しい運動は避けましょう
- 気温・温度が高い時は特に注意しましょう
- のどが渇いていなくても こまめに水分補給をしましょう

★屋外で人と２ｍ以上（十分な距離）離れている時は、熱中症を防ぐために マスクを外しましょう!!



お願い：マスクの持参を再度お願いします。
汗をかいたり、汚れたり、また無くした時用に予備のマスクのご持参もお願いします。

【思い叶え隊】出動!!

日々の生活の活性化と目標に合わせた屋外活動の取り組み

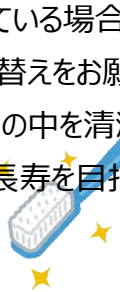
お一人お一人のご希望をお伺いすると共に、ケアプランに沿った機能訓練の一助とさせていただいております。

M・M様の思い「ちょっと外へ行ってみようか」

今回の思い叶え隊のテーマは、「ちょっと外へ行ってみようか」です☆彡
いつも畑仕事が日課のM様。今日は気分を変えて海の近くへ行ってきました。
「こんなとこなかなか見にこれんぞぉ」と大変喜ばれました♪
足元を気をつけながら、良い屋外歩行訓練となりましたね(*‘∀‘)

看護師からのお願い

デイサービスにご持参の
歯ブラシをご確認頂き、
汚れている場合は、消毒や
買い替えをお願いします。
お口の中を清潔に保ち、
健康長寿を目指しましょう。



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	日曜・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日体験利用大歓迎♪
お食事＆コーヒー付 500円