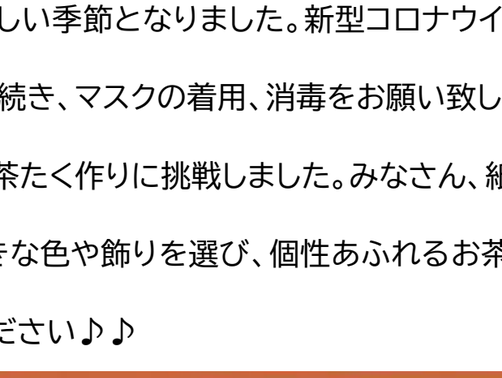
デイ便り　令和２年　秋号

どっこいしょ

秋も深まり、寒暖の差が激しい季節となりました。新型コロナウイルスだけではなく、他の感染症の時期ともなりますので引き続き、マスクの着用、消毒をお願い致します。

10 月 5 日～10 日に、お茶たく作りに挑戦しました。みなさん、紙が破れたりと苦戦しながらも、一生懸命、頑張りました。好きな色や飾りを選び、個性あふれるお茶たくに仕上がりました。お茶たくやお菓子皿として使ってください♪♪

制作の様子



デイサービスセンター野田の郷　☎：090-8769-9538

理学療法士による個別機能訓練、実施中

寒い季節も「脱水」に注意！

脱水というと夏に気を付けるべきことと思いがちですが、秋～冬も脱水を引き起こす可能性があります。寒い季節は、空気が乾燥しているため体から水分が失われやすく、また夏場に比べてのどが渇きにくくなるため、水分摂取量が減少し、気付かないうちに脱水症状に陥ることがあります。脱水を予防するには、小まめな水分補給を行い、室内の乾燥を防ぐ対策を行いましょう。