# [「元気 イラスト」の画像検索結果](https://ord.yahoo.co.jp/o/image/RV=1/RE=1580968274/RH=b3JkLnlhaG9vLmNvLmpw/RB=/RU=aHR0cDovL2ltYWdlbmF2aS5qcC9zZWFyY2gvZGV0YWlsLmFzcD9pZD0zMTE2Njg4MA--/RS=%5EADBM66Kk_BR0dwZk3jhaVs5VJ4y3xQ-;_ylt=A2RimWHRVzpeAA0AaCGU3uV7)１２カメラ[「顔 イラスト」の画像検索結果](https://ord.yahoo.co.jp/o/image/RV=1/RE=1549198063/RH=b3JkLnlhaG9vLmNvLmpw/RB=/RU=aHR0cHM6Ly9zdG9yZS5saW5lLm1lL3N0aWNrZXJzaG9wL3Byb2R1Y3QvMTE5NDU4NC9qYQ--/RS=%5EADBihQawKQXr35LPsYqlHRUDPxNKNg-;_ylt=A2RivclukVVcSSoAuTWU3uV7)

**旭ヶ丘好意の庭　デイサービス通信**

『楽しみながら 元気に』　　　**2021年８月号**

**年　12月号**

**8月になり、暑い日が続いていますが、皆さんお身体はいかかでしょうか？暑さから体力を奪われてしまいそうになりますね(>\_<)また、去年同様この夏もマスクが欠かせません…その為、熱中症や脱水症にかかりやすくなってしまいます。自分は大丈夫！そう思っていても、知らない間になってしまうのがほとんどです。日頃から水分＋塩分摂取を心掛け、この夏を元気に乗り切りましょう(^^♪**

**☆７月の様子☆**

**【七夕記念】に集合写真を撮りました**

**↑手作りの飾りを身につけ、皆さんいい笑顔です**

**沢山の新しいゲームにチャレンジ☆盛り上がりました。**

**↓お誕生日会風景**

**社会福祉法人　日本コイノニア福祉会**

**旭ヶ丘好意の庭デイサービスセンター**

**〒582-0026大阪府柏原市旭ヶ丘3-2-3**

**Tel 072-976-5100　　fax:072-976-0016**

**８月の予定**

**☆手作りおやつ☆**

**【冷やし白玉ぜんざい】**

**１７日(火)　２５日(水)**

**☆各ボランティア☆**

**♪ハーモニカ♫**

**しばらく休止になります。**

**◇折り紙教室◇**

**しばらく休止になります。**

**☕喫茶⇒**

**しばらく休止になります。**

脱水症になりやすい原因は？

その１…体内の水分が減っている

(食事量減少などによる水分不足)

その２…腎臓機能が低下している

(腎臓は体内水分量を調節する)

その３…のどの渇きを感じにくい

(加齢による、感覚機能の低下)

その４…利尿作用のある薬の服用の為

(尿の排出により必要な塩分・水分の不足)

経口補水液の作りかた

水500㎖　砂糖20ｇ　食塩1.5ｇ　を容器に入れ、　よくかき混ぜれば完成です☆　少量のレモン汁を加えると飲みやすくなります😊











