



願いが叶いますように...



七夕の特別メニュー

七夕

笹の葉一さー  
らさー♪

暑さもまだ厳しい毎日ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今月のデイ便りは7月にありました七夕会の様子をお届け致します。  
笹飾りの制作から、飾りつけまで皆様と一緒にを行いました(\*\_\*今年看護大学から、学生さんが来ていたので参加し、にぎやかな飾りつけになりました☆当日は、七夕の特別メニューのおいしい食事が!3時には天の川に見立てたゼリーも登場しました♪  
8月も楽しい行事を予定しております。皆様ぜひご参加ください☆

### 熊本県 難読地名クイズ

さてさて今回は番外編!鹿児島からの出題です!!  
ぜひ読めるか挑戦してみてください(-)-☆

- ① 志布志市
- ② 輪良市
- ③ 曾於市



答えは脳トレの時間に...

### 今月の目玉イベント

- 4日 料理の鉄人
- 11日 シネマ&書道教室
- 18日 リバリンピック
- 25日 合同誕生会

### ワンポイントリハ

これだけは押さえよう

#### ロコモティブシンドロームについて

骨や関節、筋肉、動きの信号を伝える神経等が衰え、日常生活が困難になり寝たきりになることやそのリスクが高い状態のことをいいます。

#### 「ロコモティブシンドローム予防」 (栄養編)

1日3回の食事で炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、ミネラルの5つをバランスよく摂取することが大切です。  
(運動編)

バランス能力をつける片足立ちを左右20秒間を3セット行います。片手では不安定な方は両手でも大丈夫です。詳しくは、理学療法士の西迫まで。



理学療法士 西迫

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	<b>新型コロナ感染対策について</b> 新型コロナ感染対策として引き続き、手洗い・マスク着用をお願い致します。送迎時同居ご家族の体調を確認させて頂いております。感染防止の為、ご協力お願い致します。			間違え探し	難解地名クイズ	お休み
				frisbee	frisbee	
4	5	6	7	8	9	10
料理の鉄人のぞせミシュランの星☆☆☆	国語・算数	しりとり・算数	間違え探し	難解地名クイズ	言葉遊び・算数	お休み
	的あて	的当て	キックボーリング	キックボーリング	キックボーリング	
11	12	13	14	15	16	17
シネマ&白石師範のやさしい書道教室	しりとり・算数	間違え探し	難解地名クイズ	言葉遊び・算数	国語・算数	お休み
	わなげ	わなげ	ペタンク	ペタンク	ペタンク	
18	19	20	21	22	23	24
リバリンピック	間違え探し	難解地名クイズ	言葉遊び・算数	国語・算数	しりとり・算数	お休み
	魚釣り	魚釣り	ジャンプでシュート	ジャンプでシュート	ジャンプでシュート	
25	26	27	28	29	30	31
8月合同誕生会	難解地名クイズ	言葉遊び・算数	国語・算数	穴埋め・国語	言葉遊び・算数	お休み
	ダーツ	ダーツ	ゲートレク	ゲートレク	ゲートレク	

