



# デイ通信

## 今月のイベント

### ◎年末ふれあい交流会

\*通所ホールにて餅つきがあります。

日程 12月14日(土)  
時間 13時30分~15時



### ◎忘年会

テーマ「笑顔万来~笑うもちには  
福来たる~」

日程 12月26日(木)  
12月27日(金)

時間 14時~15時

内容 職員による余興あります。

### ◎年末年始の営業について

12月31日(火) 通常営業  
1月1日(水) 休業  
1月2日(木) 休業  
1月3日(金) 通常営業

\*追加、振替にて参加希望の方は職

## 新職員紹介

11月より入職しました、「平川明里」です。  
読みは「ひらかわあかり」と言います。  
北九州出身です。趣味はいろいろなお店  
を食べ歩きをすることです。ピザのにおい  
いお店を食べ歩きました。これから皆様と  
いろいろお話しができるのを楽しみにして  
います。よろしくお願ひします。



焼き芋美味しく焼け  
ました。!(^)!



## 焼き芋大会



## ワンポイントアドバイス

### ◎ヒートショックとは

急激な温度変化により、血圧の変動を引き起こし  
心臓や脳に負担をかけ、最悪の場合には意識消  
失や脳卒中、心筋梗塞を引き起こすことがありま  
す。

### ◎発生時期と起こりやすい場所

11月から4月にかけて多く発生。トイレ、浴室、洗  
面台など極端に温度差がある場所へ移動する際  
に起こりやすくなっています。

### ◎ヒートショック対策

- ・部屋間の温度差をなくす。
- ・入浴前後に水分補給する。
- ・長湯しない。浴槽から急に立ち上がらない。
- ・食後すぐの入浴、服薬後の入浴は避ける。
- ・お風呂に入る前に同居者に一声かける。
- ・トイレでいきみすぎない。

## 令和6年12月活動予定

月	火	水	木	金	土	日	
						1 お休み	
2 レッツ創作 「貼り絵」	3 手のリハビリ	4 カラオケ	5 書道	6 シナプ ソロジー	7 レッツ創作 「貼り絵」	8 お休み	
9 ホワイト ボードレク	10 レッツ創作 「貼り絵」	11 足の リハビリ	12 シナプ ソロジー	13 レッツ創作 「貼り絵」	14 おもちゃ 年末 ふれあい 交流会	15 お休み	
16 カラオケ	17 シナプ ソロジー	18 レッツ創作 「壁画」	19 書道	20 ホワイト ボードレク	21 健康体操	22 お休み	
23 シナプ ソロジー	24 創作	25 てんすい 癒しの湯	26 忘年会	27 忘年会	28 レッツ創作 「壁画」	29 お休み	
30 創作	31 カラオケ						

12月となり寒さが厳しくなっ  
てきました。外出後は手洗い、う  
がいを行い、感染症予防を心が  
けましょう。

\*お休みの際の連絡に関して  
利用日当日の欠席につきましては、  
午前8時頃までの電話連絡をお願い  
します。振替利用をご希望の方は、  
職員へお申しつけください。



## てんすい倶楽部

玉名市天水町部田見1214-15  
TEL: 0968-71-5600

法人  
ホームページ  
アクセスはコチラ

