

すまいる



vol.045 清穩の庵 5月



秋保ヴィレッチに行き、足湯体験をしてきました！
足湯のあとは、それぞれお買い物を楽しみました
おやつを買ったり、野菜を選び献立を決めたりと

みなさん買い物を楽しまれておりました。

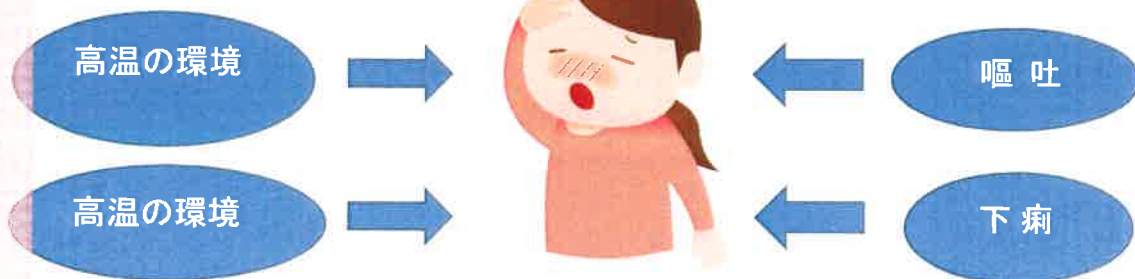
来月は、紅組と白組に分かれミニ運動会の
開催を予定しております！



高齢者は脱水状態になりやすい！！

私たちの体の半分以上を占める水分。体温を調節したり、栄養素や酸素を運んだり
老廃物を排泄するなど、生命を維持する大事な役割があります。

高齢者の場合、水分の補給と排泄の収支バランスが崩れやすく、脱水になりやすいので
注意が必要です。



日頃から脱水気味

すぐに脱水状態になる

☆来月の行事予定… ミニ運動会、お誕生日会を予定しております。

