



スマイルハートおがわたより



晴天が続き過ごしやすいでしたね。
 梅雨に入る前のこのすがすがしい時期にお庭に出て
 ピクニックランチを行いました。外の景色を眺めながらの
 食事にたくさんの笑顔が見られました。



気持ちいい！



美味しい！

一緒に食べよう！



楽しいな！！



おかわりしようかな…





花を堪能して健康に

この時期、色どりの花が沢山咲いていますね。実は花を観賞することは健康にとってもいいことをご存知でしたか？

・花を見る

視覚面ではカラーセラピー効果が期待されると言われています。自分がかれいと思った色を選びましょう。その時好みだと思っただ色が心をいやす色のようにです。

- 赤 体温血圧を上昇。食欲増進。 ピンク 若返り効果。幸福感を与える。
- 黄色 元氣、やる氣を与える。 紫 鎮静効果。自然治癒力の向上。
- 緑 眼精疲労の緩和。精神安定。 白 精神安定。

・香りを楽しむ

花に含まれている芳香成分には心身をリラックスさせる効果があり、これを応用したのがアロマセラピーです。これを機にお花を楽しまれてみてはどうでしょうか？

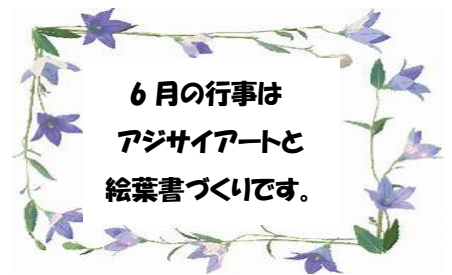


●気温も上がり始めました。熱中症に気を付けてお過ごしください。

2019年 6月金銭管理支援



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 まつだ	5	6	7 まつだ	8
9	10	11 カット	12	13	14	15
	まつだ	大形屋			カット	
16	17	18	19	20	21	22
	まつだ		大形屋	まつだ		
23	24	25	26	27	28	29
			まつだ		大形屋	まつだ
30						



6月の行事は
アジサイアートと
絵葉書づくりです。

5/22 ご利用者様も参加され、
避難訓練、消防訓練を行いました。
ご協力ありがとうございました。



5/2に職員研修で蘇生法などの
講習を受けました。



6月お誕生日の方

- 11日 菅谷真砂子様
- 20日 田口秀一様
- 30日 原田久子様

発行所 デイサービスセンター
スマイルハート おがわ

発行担当 正木・延時

〒311-3423
小美玉市小川415-1

TEL 0299(56)5600
Fax 0299(56)6600

メール kabushikigais.syoujitomoya
@topaz.plala.or.jp

HP <http://wellness-sp.com>