

# 2021年<令和3年> 7月(文月) 行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
<p><b>熱中症注意!</b> こまめに水分補給を!</p> <p><b>「熱中症にご注意ください!」</b> 予防のポイント</p> <p>① 3食しっかり食べて睡眠をしっかり取る。 ② こまめに換気をして水分補給をする。 ③ 暑いと感じる環境にいない。</p>						
4 お休み	5 季節ドライブ 地域の景色を見に行こう	6 ピアノと遊ぼう	7 私の願い事 ★短冊に書こう!	8 笑いヨガ 健康な身体作り!	9 ガリラヤフィットネス	10 パン喫茶
11 お休み	12 紙芝居劇場	13 ふみえとまさよのクッキング	14 陶芸 季節のぬり絵	15 まきこの小話 夏の思い出話	16 まきこ飯 たけしのギター演奏会	17 紙相撲大会 頂点を目指せ!
18 お休み	19 ひよしまつり 脳トレ・ゲーム	20 クイズ! ガリラヤ・ドン	21 おやつバイキング コグニサイズ ～認知症予防～	22 持ち帰り 写真立て 工作代100円	23 絵手紙 夢花火を打ち上げよう	24 篠笛・ギター 演奏会
25 お休み	26 健康小話 ガリラヤ フィットネス	27 イベント食 スイカ割り ゲーム	28 陶芸 間違い探し	29 レコード喫茶 思い出の曲	30 カレンダー作り	31 ガリラヤ 映画会

①お金が必要となる行事は事前にご案内します。＊都合により予定が変更になる場合があります。  
②今月もボランティアの受け入れは中止です。ご了承ください。  
③行事の中で「参加してみたいな」と思う日があれば、追加や変更もできるのでご相談ください!!

## レコード喫茶

29日(木)

今年の3月にも行ったレクリエーションです。31日が「蓄音機の日」ということもありまして、開催の運びとなりました。職員所蔵のレコードからリクエストを募り上位の曲を流します!! コーヒーなど飲みながらお楽しみください♪

## スタッフ通信

介護職員の高田です。休みの日は食事を作る担当になっています。冷蔵庫に残っている食材を確認して、足りない物を買に行きます。奥さんと娘に「美味しい!」と言ってもらえるよう、これから腕を磨きます!!

大根葉のお浸し  
ロールキャベツ  
タケノコ飯とタケノコの煮物

## アクティビティいろいろ

「ふみえとまさよのクッキング」  
～水無月(和菓子)作り～

・京都市発祥の和菓子。白いうろろの上に甘く煮た小豆をのせ、三角形に切り分けたもの。無病息災を祈願して食べる風習があります。

これはおいしいわ!

## しあわせ通信

「ツバメの親子」

今年も中庭にツバメが帰ってきました!! 親ツバメは、せせとヒナにえさを運んでいました。そして、無事4羽のヒナが巣立ちました。また新たな巣が完成し、卵を温めている模様です。さらに正面玄関の巣にも5羽のヒナが育っています。お散歩の時にそつとぞいてみてください!!