



お茶会

極み-kivami-プリン

親睦会が解散となってから初めてのお茶会を企画しました。今回は、楽天のランキング1位を獲得した玉華堂のプリンをお取り寄せしました。気になるお味は「まろやか」「とろとろで美味しい!」と大変ご好評頂き、まさにキャッチコピーにあるように「笑顔もとろける至福の時間」でした。

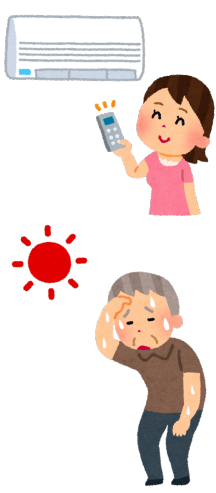
美味しいスイーツでみなさんのニコニコ笑顔がたくさんいただきました。ありがとうございます! 次回のお茶会もどうぞお楽しみになさって下さいね♪



◆編集後記◆

暑い夏がやってきましたね。ご高齢になるにつれて、暑さ寒さの感覚が感じにくくなってしまっています。高温の場所にいれば、体温は上昇してしまい体の水分も奪われていってしまいます。皆様には、熱中症や脱水症状などにならないように、しっかりと室温管理や水分補給をお願いします。まだまだ暑い時期は続きますので、健康管理に気を付けてこの夏を乗り切って行きましょう!

(生活相談員 村上卓也)



8月12日(木) 訪問美容



8月26日(木) 14:15~15:15

フレイル予防講座& 姿勢が良くなるバレエ体操

講師：溝部作業療法士

フレイルとは「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。しかしフレイルは、早く介入して対策を行えば元の健康な状態に戻る可能性があります。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。

