



倉北デイ便り 8月号

夏本番！

食事や睡眠はとれていますか？

「自分は大丈夫」と決め付けず、
早め早めに水分を摂ったり、エアコンを
入れたりして、熱中症に気をつけましょう。

倉敷北デイサービスセンター

(住所) 倉敷市宮前 42-1

(電話) 086-426-1600

(FAX) 086-426-1601

(HP) <http://www.kurakita.co.jp>



8月の予定



夏祭り

21日(火)

琴演奏会

18日(土)

庭でお肉や魚介、野菜を焼きます。
焼きたてを涼しい室内で戴きましょう！

BBQ (バーベキュー)

29日(水)

岡山理科大学 実習生

13日(月)～21日(火)

27日(月)～9月4日(火)

キッズヘルパー

～8月24日(金)



よくばりおやつの日

8日 18日 28日

美容室

15日(水)

☆参加したい行事活動が利用日と違う場合は、早めに職員へ
ご相談ください。よろしくお願いします。

北ヶアなう



歯科検診がありました。

先生に「いい歯をお持ちの方が多かったです」と言われました。
しっかり噛むと、物忘れしにくくなったり、病気になりにくく
なったり、若返ったりするそうですよ。

また、総入れ歯は安くても上下で2万円。

「痛くないのがいい」と片方で百万円以上かけている方も。
自分の歯も入れ歯も大切にして
食後はうがいだけでもしましょう！



こんなことありました～7月～

七夕

デイルームと玄関に七夕飾りをしました。
願い事が叶いますように♪



外食

お寿司、お刺身、天ぷら、テキ。好物を頼張って、
皆さんいいお顔です。



☆ ボランティア大募集!!! ☆

野菜作り、お花作り、切り絵、手芸、俳句、水彩画、楽器演奏、踊りなど
みなさんの趣味を生かしてみませんか？

一緒に活動してくださる方をお待ちしております。倉敷市介護支援いきいきポイントも対象です。