

デイケアウエスト トピックス 2019年6月号

梅雨を迎えて雨の恵みを感じる日もあれば、真夏日のような暑さを感じる日もあります。日に日に夏が近づいていることを感じます。湿度が高いこの時期に気を付けたいのは、食中毒やカビです。こまめに換気や除湿をして防ぎたいですね。

それでは、最近のデイケアウエストの出来事をご紹介します。

<スポーツ・体を動かそう・体育館へ行こう>

「スポーツ」ではバレーボール、バトミントン、卓球等の種目を行っています。「体を動かそう」は運動量が少なめの種目（ゲートボール、ポッチャなど）を行います。「体育館へ行こう」は、若葉台地区センターの体育館で、バトミントン、ソフトバレーボールなどを行っており、楽しみながら体力作りや協調性を養います。

～参加者の感想～

Aさん

家にこもりがちなのでスポーツのプログラムに出ることで、外に出れたり、体を動かすことでリフレッシュが出来てすごく良かった。

Bさん

たまにきた時にスポーツのプログラムがあると、体を動かす機会があってとても良いです。



<スプリングフェスティバル>

5月14日にスプリングフェスティバル～ザ！燃える闘魂春祭り～を開催しました。実行委員のメンバーを中心に企画・準備を進めてきました。

当日は残念ながら雨でしたが、キーマカレー・ナン・フランクフルト・かき氷を美味しく食べ、メンバーによる出し物やO×ゲーム・じゃんけん大会でとても盛り上がりました。

