

8月号 和楽荘だより

平成29年8月1日発行

暑い毎日が続いています。夏ばてなど体調崩してはいませんか？暑さ寒さも彼岸までの言葉どおり、あともう一息で涼しい秋がやってきます。和楽荘で暑さを乗り切ってください。



健康相談（健康相談室）

8日、22日、29日（火） 午後1時～午後2時

健康に関する事で、病院に行くほどではないけれど、ちょっと不安なことやお医者さんに聞いてみたいことはありませんか？あなたの健康に関する相談に岩崎医師がお答えします。

みんなで歌おう（談話コーナー）

27日（日） 午後12時～午後12時30分

和楽荘で月一回開催している「みんなで歌おう」は、その季節にあった歌を職員が一曲一曲思いを込めて選んでいます。曲を歌う前にその曲のエピソードやちょっとした裏話もしています。口ずさむとあの頃にタイムスリップしたよう。懐かしい気分になつてください。

朝の健康体操（中庭又は機能回復訓練室）

毎朝10時から、晴天時は中庭、雨天時は機能回復訓練室で健康体操をしています。内容は365歩のマーチとラジオ体操第一・第二で、時間は約15分間です。体操で汗をかいたあとは、和楽荘のお風呂で汗を流してさっぱり！ぜひご参加ください。

8月は行事も少ないですが、水分補給用に麦茶を用意してお待ちしています。



さいたま市老人福祉センター和楽荘 電話048-873-5585



和楽荘 8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	休館日	1	2	3	4 <u>団体利用</u>	5
6	7 休館日	8 健康相談	9	10	11 休館日 山の日	12
13	14 休館日	15	16 浴室特別 清掃	17	18	19
20	21 休館日	22 健康相談	23	24	25 <u>団体利用</u>	26
27 みんな で歌おう	28 休館日	29 健康相談	30	31		

*** 8月のお知らせ ***

16日は浴室の特別清掃があります。15時50分までの着衣にご協力いただけますと、大変助かります。
4日、25日は団体利用のため、館内の混雑が予想されます。また、たより発行後に団体利用の予約が入るなど、予定が変更になる場合があります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。