

2024年  
2月

# あったかふれあいセンターこぶし通信



月 火 水 木 金 土 日

			1	2	3	4
生活支援 10時 健康教室	地域支援の日	訪問日	食部会昼食 10時 健康教室	食部会昼食 生活支援	休 み	休 み
5 生活支援 10時 健康教室	6 地域支援の日 レクを楽しむ日	7 訪問日	8 食部会昼食 10時 健康教室	9 職員研修のため 集い休み	10 休 み	11 建国記念の日 休 み
12 振替休日 休 み	13 地域支援の日 レクを楽しむ日	14 中ノ川サテライト 10時～	15 食部会昼食 10時 健康教室	16 食部会昼食 生活支援	17 休 み	18 休 み
19 身体測定 生活支援 10時 健康教室	20 身体測定 地域支援の日 レクを楽しむ日	21 訪問日	22 食部会昼食 10時 健康教室	23 天皇誕生日 休 み	24 休 み	25 休 み
26 生活支援 10時 健康教室	27 地域支援の日 レクを楽しむ日	28 訪問日	29 食部会昼食 10時 健康教室	<b>連絡先 55-7350</b> <b>携 帯 090-5140-0182</b>		

☆こんなことがありました☆

## 年明け福引大会開催！！

皆さんの笑顔が見れて良かった！



抽選箱

笑

お昼はお寿司  
いただきました！



～カフェこぶしの花開催～  
認知症を学ぶため、高知大学  
共働学部の学生さんも多く参  
加。学びが手助けのきっかけ  
になることを知りました。一緒  
に間違い探しもしましたよ☆



## ～冬のかくれ脱水に注意！～

寒くなり汗をかかない・トイレが近くなるといった理由で水分摂取量減っていないですか？冬でも脱水症状は起こります！症状としては皮膚かゆさ、めまい・ふらつき・だるさ等。場合によっては脳や心臓の疾患を発症する場合もあるそうです。そうなる前に、①室内の加湿 ②こまめな水分補給 ③感染予防をお願いします！



少し前になりますが・・楽しかったクリスマス会の様子をお届け

笑いの絶えない素敵なパーティーになりました！！

