

# かずさでい通信 9月号

NO23

かずさデイサービス3F  
千葉県袖ヶ浦市横田4161  
電話0438-60-5711  
2014. 08. 30発行  
発行責任者：小倉 明美

## “季節の変わり目、体調と気分を整える”

“暑さ寒さも彼岸まで”といわれるように9月が季節の変わり目です。日中の残暑と朝夕の温度差や日照時間の減少などが体調や気分を狂わす原因となります。暑さで消耗した体力は免疫力も低下し風邪などもひきやすくなります。また落ち込んだ気分も放っておくと持続し、うつ状態に陥りやすいです。十分な栄養や睡眠、適度な運動や人とのふれあいなどを心がけ元気に9月を乗り切りましょう。



受賞者  
四名  
月間皆勤賞  
百十名様  
おめでとう  
御座います！



誕生会  
祝い太鼓！

指先が  
鋭いネ！

## 納涼祭 8月



暑さにかき氷最高！

童心に戻る  
納涼祭！

## 9月の予定

13 (土)	折り紙教室
16 (火) ~ 22 (月)	海ほたるお食事 買い物遠足
22 (月)	寿美会
30 (火) ・ 10/1 (金)	お誕生会

8 (月) ・ 19 (金) ・ 22 (月) ・ 26 (金)
<b>9月の美容室予定日</b>
10 (水) ・ 11 (木) ・ 13 (土)
24 (水) ・ 25 (木) ・ 27 (土)

※カットやカラーご希望者はスタッフまで！

## 臨時利用のご案内

- 行事に参加したい！
- ご家族に用事ができたので！
- 受診日等の振り替え利用は？
- お楽しみ弁当の日にご利用したい！

等々ありましたらお気軽にご相談ください。できる範囲で臨時利用の調整をさせていただきます。  
**3F相談員 (小倉・腕木) まで**  
尚、お友達・知人等ご紹介・見学対応等随時対応させていただきます。

## 早朝・延長サービスのお知らせ

デイサービスご利用者・ご家族の都合にてサービス時間外のご利用について下記要領にて行っています。早朝のお出掛けや出先でお困りな時などお気軽にご利用下さい。

早 朝	午前8時30分～午前9時まで
延 長	午後3時～午後6時まで
料 金	30分につき300円