



デイサービス うらら便り

heisei 29 VOL.18

豊川市御油町 ☎ 0533-87-4107



じゃがいも植えました！

うららファームに行ってきました。菜の花がきれいに咲いている中、じゃがいもの植え付けです。前日に準備しといた種イモを等間隔に植え付けていきます。温かくなって、やっと外に出れる喜びもあり、皆さん嬉しそうです。収穫は6月になりますよ♪来月は里芋の植付けをおねがい致します！



ひな祭り

- あかりをつけましょ〜ぼんぼりに〜♪ お花をあげましょ〜ももの花〜♪今日は楽しいひな祭り。皆さんで作ったボードを手にもって人形になって頂きました。初めは恥ずかしそうにされていましたが、皆さんの笑顔が穴の向こうから見ると、やっぱり笑顔で、はい！ポーズ！。撮れたての写真を画像でお見せすると、「似合っとるわ〜ね〜」とお茶目な一面も。準備に関わったスタッフさんも喜んでいました。季節の行事は、昔の事を思い出したり、その時と同じように楽しんだり、お年をとられても様々な楽しみ方ができますね♪うららでは毎月一回、企画レクリエーションを考え、実施しています。季節を楽しむことも健康に繋がります。笑顔が一番ですね！今日も明日も笑顔で元気♪

就寝時の花粉症対策

●布団を外に干さない

外に布団を干してしまうと花粉がついてしまうので、布団乾燥機などを活用しましょう。また、どうしても干したいときは、花粉の飛散量が少ない午前中に、取り入れる際は花粉をはたいて、さらに布団の表面を掃除機で吸うと効果的です。

●枕元の花粉を拭き取る

床の上はもちろん、ベッドにも花粉はたまっています。寝ているときに花粉を吸い込まないように、枕まわりの約1mぐらいを水で少し湿らせたティッシュやタオルで拭き取りましょう。

是非どうぞ「デイサービスうらら」においで下さい。
まだ空きがあります。お待ちしております。