



各地で猛暑が続いている中、いかがお過ごしでしょうか。夏バテや熱中症のリスクも高まっています。水分・塩分を十分にとっていただき、夏用の涼しい服装で、扇風機やエアコンなども使ってうまく調節しながら厳しい夏を乗り越えていきましょう。

信州まつもと空港見学



6月上旬、信州まつもと空港までドライブをしてでかけてきました。天候はやや曇り空でしたが、その分暑さもあまり感じられず、比較的過ごしやすい一日でした。飛行機の飛び立つ瞬間やヘリコプターなどを見学用のホールから眺めた後は、施設内のショップなどを見学してまわりました。



七夕

7月のお祭りといえば七夕祭り！
「健康第一！」「野菜がたくさんとれますように！」などみなさん思い思いの願い事を短冊に書かれていました。



夏祭り



夏と言えばお祭り！今年の夏祭りはみんなで集まって賑やかに！ということで、ボランティア団体のアップルブラザーズさんをお呼びして、様々な出し物を披露していただきました。皆さんとても素敵な笑顔で体を動かしながら楽しんでいました。

ソーラン！ソーラン！



みんなでフラダンス！
レイのプレゼントも！



さては南京玉すだれ～



夏といえばかき氷！
今回のシロップは
しそジュースを
使ってみました

レクリエーション

外出をする機会も少しずつ増えてきました。すばるの周りを散歩しながらお花の冠を作ったり、なろう原までドライブをして、山形村の景色を眺めたり…次回のお出かけもお楽しみに！



何かお困りのことがあれば、気軽にお声掛け下さい。

小規模多機能型居宅介護事業所 すばる 電話 87-8754 (いちいの里すばる内)

