



「うんちは健康のバロメーター!!」
 ヤクルトより管理栄養士の島田紗良先生をお迎えして、久しぶりのヤクルト健康教室を開催しました。「排便は健康のバロメーター」というテーマで毎日良い便を「作り」「育て」「出す」といったお話しをして下さいました。腸年齢測定、腸や便の模型、腸トレ体操の実演を通じ、お腹に住む腸内細菌と健康について楽しく勉強ができましたね。終了後はヤクルト乳酸菌飲料の試飲をして、皆様お腹を元気に！早速腸トレ体操を実践しようと言われるご利用者様も。今回も為になるお話ありがとうございました♪



ヤクルト健康教室




満天新聞




恒例になりました満天人気プログラムの一つ、油谷先生をお迎えして絵手紙教室を開催しました。この度の題材は「朝顔」「ゴーヤ」夏を感じるモチーフです！ワイと和やかに始めましたが、ハガキからはみ出る程、ダイナミックなゴーヤや朝顔を描く方。ハガキの真ん中に可愛くミニマムに描く方。それぞれご自分の創作に夢中です。今回も個性豊かな作品がたくさん出来上がりました。色使い一つを取っても十人十色。様々な絵手紙達を眺めているとまさに「夏」を感じさせられます。今回も素敵な講座になりました。



満天 絵手紙教室



2019年 8月号
 発行人 長谷川和邦



編集者
 より
 ひとこと

管理者の長谷川です。ジメジメした梅雨が終わり、暑い夏がやって来ます。水分、塩分の摂取、お部屋を涼くする事、等々。ご利用者様には熱中症にならない為に口が酸っぱくなるくらい伝えております。当事業所は冷房の風が苦手な方が多いので、冷房の温度を少し上げて扇風機を上手く利用すると冷房をガンガンかけなくてもお部屋が程よく涼しくなります。是非お試しあれ！