

## いよいよ夏本番ですね

梅雨が明け、まぶしい夏空が広がりはじめましたね。  
 今年は早くから猛暑日が訪れ気温も湿度も高いので、涼しい場所で  
 ゆっくりと過ごしたいものですね。あかもんでも、外出プログラムの  
 の代わりに室内で楽しめるプログラムを予定しています。  
 是非あかもんにお越しください。  
 お待ちしております。

あかもん職員一同



# タイムズ

# あかもん



## ☆☆6、7月プログラムより☆☆

### ◆ フラリエ散歩 ◆

お天気にも恵まれ、心地よい風が吹く絶好のお散歩日和でした。色とりどりのアジサイが丁度見ごろで、6月らしい景色を楽しむことが出来ました。アジサイ以外にもバラなど他の花も楽しめました。



### ◆ リラックス体操 ◆

太極拳の石黒先生を講師としてお招きし、椅子に座りながらできる動きを中心に、呼吸を整えながらゆっくりと体をほぐす体操を行なっています。肩こりや猫背が気になる方、体が硬いと感じている方など、それぞれの悩みに合わせた体操を教えてください。

来月も是非ご参加ください！



### ◆ 食中毒について学ぼう ◆

夏場はじめじめした湿度と高い気温の影響で、細菌性の食中毒が増える季節…ということで、食中毒についての勉強会を行いました。動画を見ながら手洗いの練習をしたり、生活の中で食中毒に気を付けるポイントや、かかってからの対処方法などを確認したりしました。皆様、買った食材は早めに冷蔵庫にしまい、肉にはしっかり火を通して美味しく安全にお召し上がりください。



<あかもんタイムズ> 発行所：あかもん 〒460-0011

あかもんホームページ

<https://www.mutsumi-f.jp/akamon/>

名古屋市中区大須 4-10-85 山村ビル 1 階  
 052-253-5845 / FAX : 052-253-5856  
 E-Mail : chikatsu-akamon@mutsumi-f.jp

# 6月、7月のプログラムより

創作活動「梅雨飾り」



創作活動「七夕飾り」



創作活動「季節の絵手紙」



< スタッフの小言～今回のテーマは行ってみたい外国～ >

シンガポール

(HRさん)

韓国  
スイス

(AIさん)

イギリス

(NMさん)

フィンランド  
スペイン

(M.Oさん)

インド  
アメリカ

(HAさん)

## — 8月のプログラム (お知らせ) —

- ① 開所時間・・・10:30～18:00
- ② 電話受付時間・・・10:00～18:00
- ③ 受け入れ上限人数・・・11名(1回当り)  
(多目的室8名、休養室1名、相談室2名)



※1回当りの受け入れ人数に限りがあるため、来所前にかもんの状況(来所者数)を確認されたい方は、お電話をいただければお伝えいたします。



- ④ 新規利用者受け入れ
- ・見学者：午前・午後とも受け入れをしております。
- ・体験利用者：8月1日から受け入れの人数制限は ありません。

★7月からは第4月曜日が  
「リラックス体操」になります。



<8月の創作活動(2回)>  
8月1日(月)は、「夏を感じる飾り」、17日(水)は、毎月恒例の「季節の絵手紙」になります。ぜひ、ご参加ください。

<8月のDVD鑑賞(2回)>  
8月12日(金)は「孤独のグルメ」を、30日(火)は「竜とそばかすの姫」を上映します。ぜひ、ご参加ください。  
※DVD鑑賞は事前に予約が必要になります(定員に空きがあれば当日参加OKです)。

8月5日(金)はプログラム検証「YouTubeで旅しよう」を行います。旅の映像を観ながら会話を楽しみ、旅行気分を味わう内容です。ぜひご参加の上、感想などお聞かせください。