

日の出デイサービスセンター便り

社会福祉法人
東京蒼生会

2026年 7月号

蒸し暑い日が続いており、梅雨明けが待ち遠しいですね！
今年も猛暑の予想ですが、日の出では、ご利用者様の
元気な笑顔と共に、日々健やかに過ごせるよう
努めてまいります。



6月の活動

日の出農園



きゅうりが採れました？



トマトとゴーヤも育成中

お出かけ



レクリエーション



6月の郷土料理～神奈川

- ◀ サンマーメン
- ◀ シューマイ
- ◀ キャベツのしらす和え
- ◀ フルーツ

季節限定メニュー

～入梅～

- ▶ 夏の野菜ちらし寿司
- ▶ 味噌汁
- ▶ ビーマンのそばろ炒め
- ▶ 胡瓜のしその実和え



日の出 健康マメ知識コーナー

皮膚疾患について

高齢者の皮膚は、加齢に伴う変化により、非常にデリケートな状態にあります。

夏は汗をかくので肌は潤っていると思われるがちですが、高齢者は皮脂や水分量が少なく、外部刺激に敏感であり、夏場も乾燥に注意が必要です。



◎入浴の際は、石鹸などをよく泡立て、こすらず優しく洗いましょう。

十分に洗い流し、身体を拭くときはタオルを皮膚に軽く押し当てて水分を取りましょう。

◎入浴の前後なども、適切に水分を補給しましょう。身体の内側からの乾燥を防ぎます。

◎保湿：入浴後はすぐに保湿剤を塗布し、皮膚がしっとりとしている状態を保ちましょう。

◎保護：適切な室温・湿度で過ごし、締め付けや摩擦の少ない衣服を着ましょう。

●以下のような症状がある場合は、早めに皮膚科を受診しましょう●

- ・保湿をしても、1週間以上痒みや赤味が治まらない。・掻き壊してしまい、ジュクジュクする。・広範囲に症状がある。・夜も痒みが強く、眠れない。
- ・皮膚がひび割れて痛みがある。・小さな出血を繰り返し、かさぶたが治らない。
- ・身体の片側に強い痛みを伴う発疹がある。 など



センターよりお知らせ

新規職員紹介

このたび6月より入職しました仲嶺（なかみね）史織です。
ご利用者様に笑顔で過ごしていただけるよう、明るく
元気に頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。



仲嶺史織さん

引き続き...

!! 生花レク 8月～10月 休止となります!!

レクリエーションの生花活動ですが、生花店の移転のため、
8月～10月の間は活動を休止とさせていただきます。
皆様にはご迷惑をおかけしますが、
どうぞ宜しくお願いいたします。



足立区日の出デイサービスセンター
TEL 03-3870-1121

