

R7年7月発行

発行所  
ホーム・スイートホームきらり

夏の日差しが眩しい季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。近年は、春と秋が少しずつ短くなってきたような気がします。近い未来、もしかしたら四季が二季、なんてことになってるかもしれませんね。連日暑さが続いておりますが、皆様が健やかに過ごされますよう、スタッフ一同心より願っております。

## 6月にぎり寿司

握り寿司イベントをしました～



日々みなさまの声がここから届くと幸いです～



### フラワーセラピー

気分をリフレッシュ  
=リラックス

心の状態を少し和らげ、リフレッシュになればと、職員提案で湯舟にフレッシュなお花を浮かべてみました。

湯舟に浮かぶお花を見ていつもと違う表情をされる方が多く、「きれい」、「かわいい」という声が沢山聞こえたようです。

日常の中にも季節を取り入れる事の大切さに改めて気づかされました。



### 『幸せホルモン』って？

幸せホルモンと呼ばれる、セロトニン、オキシトシンなどの脳内物質があります。これらの脳内物質は血行を促進させ、脳を活発にする働きがあります。

自律神経のバランスを整え、ストレスを軽減し、免疫力も向上し、脳の疲労改善や認知症の予防にも繋がります。

### 壁面

### あじさいづくり



### 笹巻づくり



6月 本館・新館のみなさまで、笹巻づくりをしました。皆さん、慣れた手つきで上手。

### お知らせ

夏祭り会  
8月30日(土)

※ 詳細については後日お知らせいたします。



お知らせ

編集後記

随時更新中  
ぜひ、チェックしてみてください(\*~\*)



早いもので今年も半分が過ぎました。夏祭りの季節が近づいてきました。今年も皆様と一緒に過ごせたらと思っております。