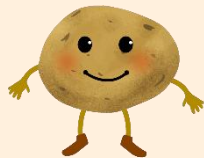


秋の訪れを感じる季節ですが、お変わりございませんでしょうか。

社会学習(銚子イオンモール)



何を買おう
かな？



お買い物



楽しい昼食♪



制作活動



看護師から一言

夏からの疲れ、気温差による自律神経の乱れ、乾燥、日照時間の変化が原因で起こる「秋バテ」である事が多いです。症状としては、気だるさ、疲労感、食欲不振、頭痛などがあり、水分補給や規則正しい生活、栄養バランスの取れた食事、適度な運動などで対策しましょう。 安藤

11月行事予定

- ・かみす福祉祭り参加
- ・避難訓練(Jアラート・竜巻)
- ・制作活動(クリスマス)
- ・音楽活動(秋の歌)

*避難場所

神栖市はさき保健・交流センターに変わりました。