

梅雨に入り天気予報も雨マークの日が多くなりました。

皆さまお変わりありませんか？



雨の日はうっとうしいですが、その中で咲いているあじさいは美しいですね。あちこちで「あじさい祭り」が開催され、雨の中、ひととき華やかな存在です。「紫陽花」はユキノシタ科の鑑賞用の落葉低木でガクアジサイの改良種とされる。色は青から赤紫に変化するところから「七変化」とも言われるそうです。一広辞苑・

## 7月の行事予定

焼き肉のタレづくり

7月初旬に焼き肉のタレづくりをします。ご期待下さい。



## 軽度認知障害のサイン

あなたのパートナーや家族は大丈夫？

### 1. 料理のとき

- 手の込んだ料理を作らなくなった 味つけが変わった
- 鍋を焦がすようになった など

### 2. 外で人と会うとき

- 外出するのが面倒になった 服装に気を使わなくなった
- 約束を忘れ、慌てて家を飛び出すことが増えた など

### 3. 仕事のとき

- 同じ質問や確認を繰り返すようになった 新しい機械やソフトの使い方を覚える気がしなくなった
- ネクタイを選べなくなったなど

### 4. そのほか

- 洗濯物を干し忘れるようになった 好きなテレビドラマを見なくなった
- 財布に小銭がたまるようになった など



【 NHK ためしてガッテンより 】