

ようやく春めいた日々となり、木々の芽もふくらみ始めましたね。皆様お変わりなくお過ごしでしょうか？ コロナ禍の状況が少しずつ収まりつつありますが、当施設では感染予防対策の為、引き続き検温・マスクの着用・手指や設備の消毒など基本的な感染症対策を継続していきます。利用者様の安心・安全を守るため、ご協力いただけますと幸いです。よろしく願い申し上げます。

庭を彩る草花

ツルコザクラ



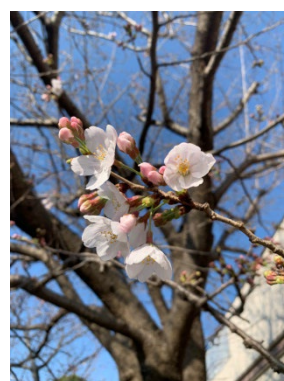
水仙



ハナモモ



さくら



庭のどこに咲いているでしょうか？ お散歩しながら探してみてください

看護師からのお知らせ

季節の変わり目にご注意を！～春の体調不良の予防、対策～

季節の変わり目は気圧の変化や昼と夜の気温差が大きくなることによる「自律神経の乱れ」によって、体調を崩す方が多い期間です。

自律神経のバランスを崩さないため、下記三点に気を付けて規則正しい生活を心がけることが大切です。

- ①軽めの運動習慣をつける
- ②バランスの良い食事を心がける
- ③しっかりと休養、睡眠時間を確保する

デイサービスを利用された日は・体操レクなどを通した適度な運動
・栄養バランスを考えた食事の提供・看護師による健康チェック
・リフレッシュ目的のレクリエーション等が行えます。

春の体調不良の予防、対策の為にもデイサービスをご利用ください。

プログラム紹介

ゲーム優勝者(個人戦)



フィルムケース立て



出前一丁ゲーム



卓上ボーリング



出前一丁ゲーム



缶倒し

ゲーム優勝者(団体戦)



雪だるまゲーム

起き上がりこぼしのように倒れにくい雪だるま。お手玉で狙いを定めて倒します。皆さん真剣な目をして参加されていました。

今後も週替わりで体や頭脳を使ったゲーム、季節を感じて頂く催し物を行っていきます。