

11月 やすらぎだより

令和4年11月号

秋も深まり朝晩の気温の変化が著しい時季になりましたね。体調を崩しやすくなりますので、体を温かくし、栄養価の高い食事を取るなど出来ることから風邪など予防していきましょう★

また、コロナウイルス対策も引き続き徹底してまいりますので、利用者様はもちろんですが、ご家族様などで体調に異変がある場合はすみやかにご連絡をお願いします。



★運動会の思い出★



はい、いくよ

よし! いいよ



宣誓!



そ〜れ!



フー! フー!
やすらぎ

今年も恒例のやすらぎ運動会を10月17日(月)、18日(火)で開催しました。

選手宣誓、応援合戦、物運びゲームなどを行い、とても盛り上がりました◎



★お願い★

- 他の利用者様に金銭や物などのやり取りは他の利用者とのトラブルになりますのでご遠慮ください。また食べ物も食中毒などの心配がありますのでやり取りは禁止しております。
- デイ利用時にポーチを持参される利用者様もみえますが、ハンカチ、ティッシュペーパー、メモ帳、筆記用具のみにしていただきますようお願いいたします。
- 持参された薬は必ず、市販の薬であってもご自分の判断で服薬しないでください。看護師が管理しますので職員にお渡しください。



お誕生日会



今月は男性1名女性4名がお誕生日を迎えられます。やすらぎの皆様でお祝いをして、ささやかなプレゼントとケーキをご用意いたします。

社会福祉法人山県市社会福祉協議会
山県市社協
デイサービスセンターやすらぎ
〒501-2259 山県市岩佐 1177-1
☎ (0581)52-2800
FAX (0581)52-2937

11月23日（水）電気工事の関係で停電するため臨時休業いたします。

ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願い致します。

また、振替利用など対応させていただきますので、職員までご相談ください★

みんなで楽しく

集団リハビリ



伸びた感じがして軽くなったわ

ふくらはぎの筋肉をストレッチしています。柔らかくすることで血流が良くなり、冷え性改善に効果があります。また、つま先が上がりやすくなり転倒予防にも効果的です。みんなで取り組むことで、会話も交えながら楽しく体操できます。

個別リハビリ

効果を実感

麻痺で動きにくかった足が楽になった！

リハビリを開始して2ヶ月が経ちます。少しずつリハビリの効果がでてきました。以前より、ふんばりがきくようになり、歩く速度があがりました。また、楽に動けるので、家の中も安心して行動できるようになりました。



前より踏ん張れます！

左足で支える意識をしましょう！



秋の作品作り



秋にちなんだリースの作品作りをしました★リースなど美山保育園にもプレゼントしました。

園児さんたちも喜んでくださり、こちらもうれしくなりますね♪

