



紙ふうせん 便り



2020年
第103号
4月

矢崎総業(株) 経営企画室地域密着事業部 2019/4/10 発行

* 機能訓練デイサービス *

Let's
運動

チューブストレッチと体操



ウッドデッキに集まって
思いっきり大きく動きます



ちょっと集中して、
そくつとドーナツを
高く積み上げています。

種イモを半分に切って、
切り口に石灰を付けて植
え付け後の腐敗を防止し
ます。間隔をあけて植え
付けを行っていきます。



ジャガイモを植えました



* グループホーム *

♪♪ ごぼう先生の体操 ♪♪



コロナウイルス
感染のニュース
ばかりですが、
負けないように
元気に頑張るぞー



毎日、健康体操を行っております。
座ったまま出来る体操をしている所です。
口の体操もして、むせるのを予防しています。



* 訪問介護 *

春の季節に摂りたい食材は？

緑色の食材を摂ってみましょう。

例えば、菜の花や春キャベツといった旬の野菜です。

また、苦みのある山菜、セリやふきのとう、ウドなども春にはおすすめの食材です。

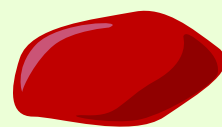
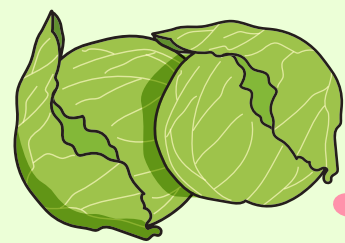
というのも、これらには解毒作用があり、冬に体の中に蓄えたもののうち、いらないものを体の外に排出してくれるからです。

ただし、山菜の食べ過ぎは要注意です。解毒作用が強いので、適量を超えると胃腸の調子を崩しかねません。

その他、東洋医学では目覚めの季節である春には、たんぱく質と鉄分を多く含むレバーや赤身の魚、イカやタコ、アサリなどの貝類などです。

味付けは「さっぱり」を基本として、体の目覚めをサポートしてみましょう。

※アレルギーにはご注意ください。



お気軽にご相談ください
ヤザキケアセンター 紙ふうせん
TEL 055-965-0633



矢崎にお勤めの方に関係なく
ご利用になれます。
見学も随時受け付けております。



* デイサービス *



ソメイヨシノが咲きました

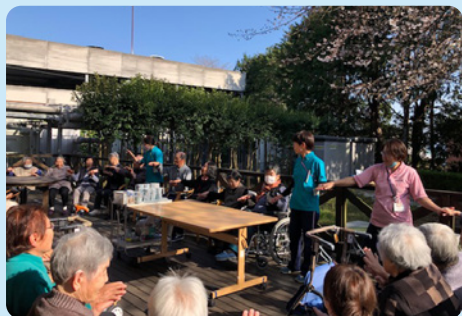


手作りの枝垂れ桜です

時々
花摘みをしています



外で、お茶してます。



太陽を SUNSUN と浴びています。



屋外で
体操
1・2・3・4

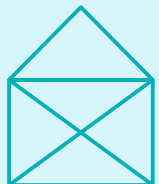


* コミュニティサロン *

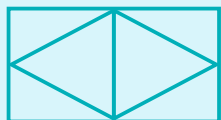
脳トレにチャレンジ!

①一筆書きに挑戦しましょう

問1



問2



②穴埋めクイズに挑戦しましょう

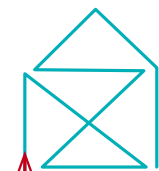
信
元 泣
外

慢
然 己
由

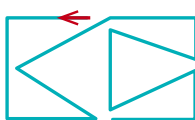


①

問1
答え



問2
答え



これからの予定

4月中止

5月16日(土)30日(土)

6月6日(土)20日(土)

柔らかな
陽がふりそそぐ
サロンへと



②の答え 左から「号」「自」

4月の行事予定

●黒色 紙ふうせん ●青色 デイサービス
●緑色 グループホーム ●オレンジ色 機能訓練デイサービス

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため4月のボランティア行事は中止とさせていただきます。 ご理解のほど宜しくお願いいたします					
12	13	14	15 防災訓練	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30 防災訓練		

※予定している内容が都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。※本新聞に掲載している個人写真につきましては許可の下掲載しております。