



紙ふうせん 便り



2020年
第104号
5月

矢崎総業(株) 経営企画室地域密着事業部 2020/5/11 発行

* デイサービス *



園芸倶楽部
が
始動しました



中庭の花壇手入れ



一生懸命作っています



玄関の花壇づくり



花がたくさん咲いていて
綺麗な庭ですよ。
モッコウバラも咲きました。



室内では手作りの
藤の花が咲きました。



春うらら記念写真



鯉のぼりの壁飾りを
作成中です



4月完成の春の壁飾りです

玄関の花壇づくりは
どのような色合いでお
花を並べようかと思案
しながら作業に取り組
みました。中庭の手入
れにも力を入れました。
完成した花壇などを
見ながら歩くのは心
地が良いものです。



* コミュニティサロン *

脳トレにチャレンジ!



これからの予定

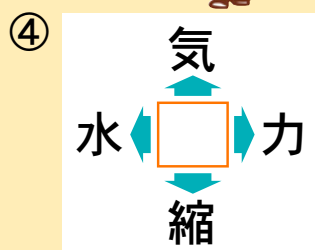
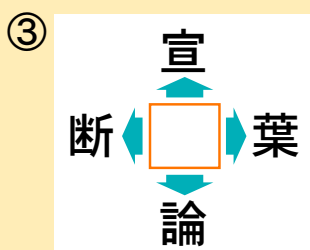
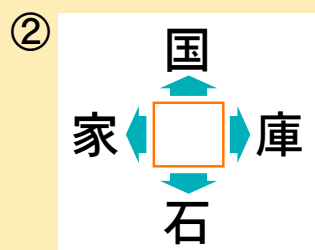
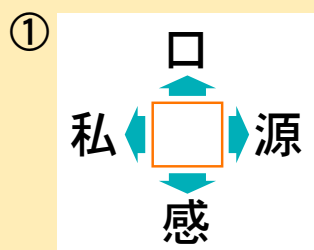
5月中止

5月以降は、状況をみながら
開催を検討します。

レッツ
チャレンジ!



問 1. □に入る漢字を入れてください



問 2. 何と読むでしょう? (虫の名前です)

1. 水馬 2. 蚕 3. 蠡斯 4. 飛蝗 5. 蜻蛉 6. 蛞蝓 7. 蚋 8. 蓑虫 9. 蠍 10. 螳螂



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。



* グループホーム *



防災訓練

月に1度の防災訓練です。いざという時、直ぐに対応できるよう具体例を挙げて(例、キッチンで火災が発生したとき)どのような経路で避難するのかなど、迅速な行動だけではなく、安全を確保しながらの訓練を行っています。



体操などをして身体を動かし、美味しくご飯を頂き、沢山笑って元気に過ごされています。



* 居宅介護支援 *

フレイル予防について

*フレイルとは...
「健康」と「要介護」の間にある心身の調子が崩れた状態

外出を控えることが感染症予防のひとつですが、ただ自宅にじっとしては、筋力の低下や食事量の減少で「フレイル」の悪循環が心配になります。感染リスクを避けつつできるフレイル予防をご紹介します。

1. 体を動かす

- ☆人混みを避けて散歩や外出に行く
- ☆テレビ体操やインターネットの動画で体操をする

2. 生活スペースを崩さない

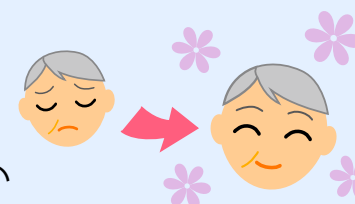
- ☆入浴や睡眠リズムを継続する
- ☆栄養のある食事、宅配も活用

3. 間接的にでも人とつながる

- ☆家族や友人と電話やメールで連絡を取り合う

4. 気持ちを明るく

- ☆1日20分程度の日光浴
- ☆家でできる趣味に取り込む
- ☆暗いニュースを気にしすぎない



* 機能訓練デイサービス *

4月は、お天気に恵まれた日が多く、屋外での活動が盛んに行われました。いつもは室内でゲームや運動をしていましたが、太陽の下も気持ちが良いですね。鯉のぼりも風に吹かれていました。



自分に合ったトレーニングメニューで頑張ってます



お仕事は大事な仕事です



屋外で畑と庭の作業やゲームを楽しんでいます



さあたくさん入れるぞ

問1の答え ①語②宝③言④庄 問2の答え 1. アメンボ 2. カイコ 3. キリギリス 4. バッタ 5. トンボ 6. ナメクジ 7. ブヨ 8. ミノムシ 9. サソリ 10. カマキリ

5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 防災訓練	8 誕生日会	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため5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

※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。