



HOUYUKAI

仲町通信

仲町高齢者
在宅サービスセンター
TEL 03-5966-7001
令和3年1月号

仲テ-02-016

大々的にイベントは行えませんが、少しでも味わって頂けましたと、季節にちなんだゲームをプログラムに組み込みました！



クリスマスの
おやつは…

クリスマス！
まきまきゲーム！

手元のバーを
しっかりと巻いて…
台座に乗った
クリスマスプレゼントをゲット！



喜んで頂けまして
何よりです！



職員・ご利用者様の合作の
クリスマスカレンダー！



イブ・当日共に
ケーキを召し上がって
いただきました！



入り口の飾りはご利用者様
と職員の合作です！

年忘れ！
ボウリング大会



ボウリングの
得点で順位を
競います！
上位の方から
プレゼントを
選んで
頂きました！

12月のお誕生日会



19日に12月のお誕生日会を
実施致しました！
参加頂けなかった皆様も
おめでとうございました！





緊急事態宣言も発令され、なかなかウィルスも終息の気配を見せませんが、仲町デイではウィルス対策を取りながら、困り事に応えております。

今回の『買い物支援』以外にも、お困りのことがありましたら、気軽にご相談ください！



リハビリコーナー

【下肢筋】～下肢の裏側のストレッチ～

効果

姿勢改善

腰痛予防

可動域拡大

膝と背中を伸ばし
ゆっくり身体を前に
倒します



目標回数（1日）
10～20秒×3セット

(注：回数は目安です)
痛みがある場合などは
無理せず中止して下さい。

膝と背中が曲がらないよう
にします



編集後記

新年、あけましておめでとうございます。昨年から続くコロナウィルスの影響で、例年通りにイベント開催！…という訳にもいきませんが、レクリエーションや装飾・食事等、季節の行事にちなんだものを今後ともプログラムに計画して。今年も「今日も楽しかった」と言って頂けるよう努めて参ります。丑年のこの年も仲町デイを宜しくお願ひ致します！（編集担当：大野）

