



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3月号

仲デ-02-022

2月の活動の様子

節分！



鬼めがけて豆...ではなく
白いボールを投げました！



仲町にも
鬼がやって
来ました！



今年の節分は2日！
季節ならではの
ゲームやおやつを
お出ししました！



コーヒーと一緒に
おにロールケーキを
どうぞ！



出前昼食！

18日に、『出前昼食会』を実施。
今回は“夢庵”から“天重”を
召し上がっていただきました！



お知らせから実施までの
間に“夢庵”で人気第1位！
とTVで取り上げられていた
ことと合わせて、「楽しみだったのよ！」と
伝えて下さったご利用者様も♪



防災訓練！

年に2度行っている防災訓練！
今回は『火事』『地震』が
それぞれ起きた際を想定し、
訓練を行いました！



まずは職員が
避難の際に大切な
事をお伝えします！



職員の「地震が起きまし
た！」の掛け声に座布団で
しっかりと頭を守る皆様！

誕生日会



また1年、素敵な歳になりますように！！



公益型混合介護



ポストの確認



ご自身では「ポストの中身が確認出来ない!」・「ポストに届かない」という困り事にお応えし、職員と一緒に確認や郵便物の取り出しをし、お渡しさせて頂いています。

車椅子の空気入れ



ご自宅に空気入れが無いから「空気を入れることが出来ない!」・「自分で入れることが出来ない」という困り事にお応えし、センターに来所して頂いている間に空気を入れさせて頂いております。

仲町デイでは
コロナウィルス
対策に努めながら、
日常生活における
困り事に応じて
おります。
困り事が
ありましたら、
気軽にご相談
ください!



リハビリコーナー

【筋力トレーニング】～肘・体幹～

効果

体幹の筋力強化

肩の筋力強化

姿勢の改善

肘を伸ばしたままゆっくりと腕を上げ下ろします。

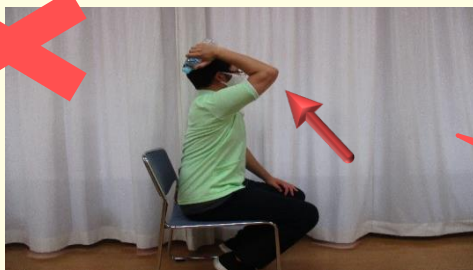


目標回数（1日）

10～20回

※始めは少量の水からはじめてみましょう。

肘が曲がらないように
しましょう。



編集後記

次第に暖かい日も増え、過ごしやすい日が増えてきましたが、世間は更に緊急事態宣言が延長され、まだまだ気が休まらない日が続きますね。外出やにぎやかなことが難しくはありますが、レクリエーションプログラム・昼食・おやつなど出来る事で季節のイベントを楽しんで頂けるよう努めて参ります。出前昼食のリクエストも募集中です! HPは右横のQRコードからどうぞ! →→→

(編集担当: 大野)

