



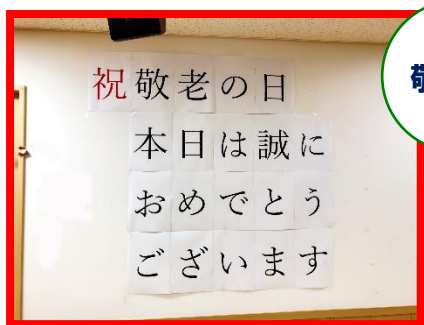
Sakura

皆さまに良い一日を。
たくさんの方々に笑顔を。
楽しく、明るく、元気に。

社会福祉法人 奉優会
フォーユーデイサービス 淡路
優っくりデイサービス 淡路
tel:03-5298-6018
fax:03-5298-6019
<http://www.foryou.or.jp/>
2022年9月号

空の色もいつしか秋めいてまいりました。
芸術の秋、スポーツの秋、食欲の秋…。いろいろ楽しい時期ですね！
ご利用者のみなさんも様々な楽しみ方をしているんじゃないでしょうか！

公式サイトもぜひご覧ください♪⇒⇒⇒



9月19日（月）は敬老の日！



敬老会

お祝いに感謝状をお持ち帰りいただきました



中国の弦楽器【二胡】の演奏もお楽しみいただきました



(株)パソナのみなさんが来てくださいました♪



パソナ体操

体操やソーラン節で盛り上がりました！



ドングリやイチョウなど楽しい折り紙も教えてくれました



10月の日付に色付けしていらっしやいます



カレンダー作り

お好きな絵柄を選んで塗っていただきます



手先をつかうことで楽しみながらリハビリができます



足上げの号令も高らかに♪がんばって～！



個別機能訓練

歩行器を使った移動熱心に取り組んでいらっしやいます



脳トレ

たくさんの漢字と向き合い、集中されていますね！

感染症予防

うつらない！うつさない！

コロナウイルスの猛威が未だ収束していませんが、空気が乾燥して気温の低くなるこの時期は、インフルエンザやノロウイルス感染症の流行する時期でもあります。

発熱や嘔吐、下痢などの症状があった場合は、デイサービスをご利用される前に必ずご連絡をお願いいたします。

感染予防の基本はうがいと石鹸での手洗いや、マスク着用だと言われています。

今後ご協力いただけますようお願いいたします。



手を洗おう



消毒しよう



うがいをしよう



マスクをしよう



換気をしよう



うちで過ごそう

リハビリコーナー

～ひじ・体幹の筋トレ～

ペットボトルに水を入れて重りとして使います。

中に入れる水で重さを調整してくださいね。

1日の目標回数は10～20回です。

あくまで目安なので、無理をせず行いましょう！

痛みがある時はお休みしてくださいね。



肩が動かないように！



なるべくゆっくりとひじを曲げ伸ばしします。
伸ばす時は特に“ゆっくり”を意識してくださいね！

～新型コロナウイルス感染症対策～



コロナウイルス感染症対策にご協力いただきありがとうございます。

まだまだ油断できない状況が続いていますね。引き続き、ご自宅でも感染予防につとめていただければと思います。よろしくお願いいたします。

～編集後記～

天高く馬肥ゆる秋。
秋の味覚がうれしい時期ですね！
秋刀魚や戻り鰹、梨、栗……。
おいしいからといって食べすぎは
禁物！？食欲の秋とともに、
スポーツの秋も楽しみたいところです。
秋冷のみぎり、お風邪などお召しに
なれらませんようご用心くださいませ。

