



HOYUYUKAI

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
優ったりデイサービス 淡路
tel:03-5298-6018
fax:03-5298-6019
<http://www.foryou.or.jp/>
2022年6月号

梅雨に入り、変わりやすいお天気が続きますが、
淡路デイのフロアでは明るい笑顔がいっぱい！
5月後半から6月のみなさんの表情をお届けいたします♪

公式サイトもぜひご覧ください♪⇒⇒⇒



体操

腹筋を使って脚を上げます
がんばって～！



みんなでやれば
体操も楽しい♪



個別 機能訓練

バランスボールを使って
体幹を鍛えます♪



手工芸

色画用紙を使って
太陽を作りました☀



表情に個性が出て楽しい♪
やさしいお顔ですね！



熱心に手先を動かして
いらっっしゃいます♪



おなじみの輪投げ
うまく入りました！



ゲーム

釣りゲームでは
みなさん大漁でした♪



風船を扇いで
ゴールに運びます♪



7月のカレンダーを
作っているところです



色塗りに真剣な表情



カレンダー 作り

お好きな色を選んで
塗っていただいています

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。

今後とも協力いただけますようよろしくお願いいたします。



リハビリコーナー ～内腿の筋肉のストレッチ～

内腿を伸ばすことで、バランスや姿勢の改善、むくみの軽減に効果があります。

1日の目標回数は20秒×2セットです。

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。



背筋を伸ばし、膝を内側から手で押しながら、体を前に倒します。

膝が内側に入らないよう注意しましょう。



～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～

紫陽花が色鮮やかに咲く季節になりましたね。
日によって蒸し暑くなることもあり、ご利用者のみなさんも薄着になられる日が出てきました。季節の変わり目ですが、体調を崩されませんよう、気を付けてお過ごしいただければと思います。

