

令和1年10月号

<https://www.foryou.or.jp/>

## 令和元年 敬老祝賀会開催！



敬老祝賀会のお祝いとして、佃連合町会の元気いっぱいのお子様たちが全身で見事なバチさばきをご披露下さいました。太鼓の音に皆さま元気をいただきました！

敬老会の催しとして、総勢40名による銀座中学校吹奏楽部の方々が中庭にて盛大に演奏を披露して下さいました。圧巻の演奏に感涙される方続出でした！



銀座中学校吹奏楽部 演奏会♪

## 理学療法士によるリハビリコーナー！【脊柱起立筋】

◇腰の筋肉のストレッチ！◇

- ①足を開いて座る。
- ②背中から丸くなるように前傾しましょう。

※目標回数(1日) 5～10秒×3セット

注意点: 身体を左右へ曲げないように行いましょう！



現在、当事業所では、ご利用者の活動サポートやお話し相手、特技披露、職員のお手伝いにご協力頂けるボランティアを募集中です。はるみデイのボランティア活動にご関心がある方がいらっしゃいましたら、下記連絡先までご連絡下さい。よろしくお祈いします。

マイホームはるみデイサービス ☎03-3531-7635 担当：伊藤

