

デイサービス便り 東林間シニアクラブ

◆◇◆◇ 令和4年10月 ◇◆◇◆

心地良い風が吹く、爽やかな季節になりました。

秋と言えば、食欲の秋、芸術の秋、読書の秋、スポーツの秋…など、楽しみがいっぱいです。早速、身近な秋を見つけに、散策に出掛けてみようと思います。 A・H

◆◇◆◇ 9月の活動の様子 ◆◇◆◇



もぐらたたきゲーム

新しゲームを行いました！
始める前は皆さん笑顔、頭脳と上肢運動を兼ねたゲーム中は、真剣勝負です。



フランス語講座

春からフランス語講座を行っています。
朝の挨拶はボンジュール!!、帰りはオーポア!! 皆さん上手に話されています。



【インフルエンザの予防にご協力ください】

インフルエンザは例年12月～3月にかけて流行します。
インフルエンザは、咳やくしゃみの時に口から発生する小さな水滴(飛沫)によって感染します。高齢の方や慢性疾患をもつ方は、インフルエンザに感染する事で肺炎を伴うなど重症化する事があります。

インフルエンザ流行前の予防接種が有効です。予防接種に関しては、体調や慢性疾患、お薬の件も含め、かかりつけの医師と御相談下さい。

【肌の乾燥には保湿クリームがお勧め】

朝、晩と冷え込むようになり、空気が乾燥する季節になりました。

乾燥等による肌のかさつきには、保湿クリームを塗る事をお勧め致します。デイサービスで入浴される方で、肌のかさつきが気になる方は、浴後に保湿クリームをご持参下さい。



毎月のイベントの様子をホームページでご紹介しています。是非、御覧下さい。



10月各イベントの予定

Lunch DE やまひさ:curryfesta(カレーフェスタ)

格別の湯「薔薇」

Café DE やまひさ「欧風菓子クドウ」

ガーデンプレイス:トライアルゲーム



	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
						休み	休み
	3	4	5	6	7	8	9
午前	朝の体操:楽しいリトミック全身運動						
午後	国旗作り	CaféDE やまひさ	書道	ガーデン プレイス	国旗作り	休み	休み
	10	11	12	13	14	15	16
午前	朝の体操:生活動作が楽になる運動						
午後	書道	書道	<small>格別の湯</small> 絵手紙	国旗作り	映画	休み	休み
	17	18	19	20	21	22	23
午前	朝の体操:足がよく上がるようになる筋力強化運動						
午後	いきいき 運動会	ガーデン プレイス	SALON De やまひさ	いきいき 運動会 ハンドベル	指あみ	休み	休み
	24	25	26	27	28	29	30
午前	朝の体操:上肢の可動域を広げ運動効果 up 運動						
午後	絵手紙	いきいき 運動会	いきいき 運動会	書道	<small>格別の湯</small> いきいき 運動会	休み	休み
	31						
午前	朝の体操:楽しいリトミック全身運動						
午後	ゲーム 水彩画 クラブ						