

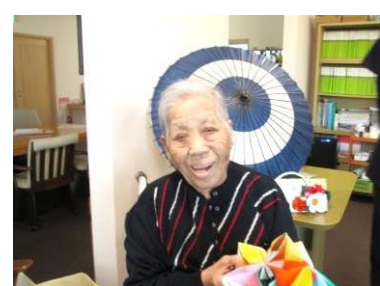
みどり通信

# あずま

2023年2月発行  
福祉サービスみどり  
NO.224

日足も少しずつ長くない、梅の花もほころび始め春の足音が感じられるようになりました。まだまだ寒い日が続いていますので、体調を崩されませんかよう気をつけてお過ごしください。







**ならせ餅を飾りました。ならせ餅とは、紅白の餅を木にならせることで無病息災と五穀豊穡を祈願する茨城の伝統行事です。**



**お知らせ**

当施設では、皆様楽しく元気に過ごしていただけるよう職員一同感染予防を徹底して行い、安全に努めてまいります。



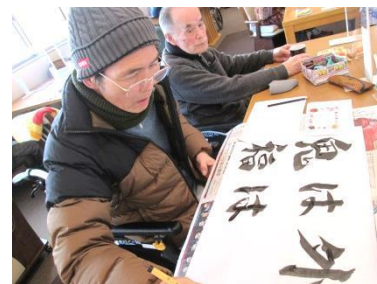
かるた大会開催。皆様、真剣です。



福笑い。思わず、笑顔が零れ落ちます。



書き初めに挑戦。皆様、達筆です。





個々にあった活動をしています。



安全対策をしっかりと、カラオケを楽しんでいます。



～マッサージ・機能訓練～

下肢筋力強化・上肢筋力強化・股関節運動や膝の屈伸運動を行います。

「継続は力なり」適度な運動を行い健康な体作りをしていきましょう。



レッグプレスは下肢筋力向上の効果があります。



個々に合ったマシンを使用し訓練しています。



お願い

現在もコロナウイルスが感染拡大し、インフルエンザも同時流行しています。

引き続き朝の検温、消毒等のご協力宜しくお願い致します。

また、マスクは できる限り不織布のマスクを使用し、毎日使い捨てにしましょう。

