

みどり通信

あずま

2023年7月発行
福祉サービスみどり
NO.229

いよいよ梅雨明けも近づき夏本番も迫っていますが、皆様お身体の調子はいかがでしょう。厳しい暑さが続くと食欲もなくなりがちです。体調を崩されないようしっかり栄養をとって元気にお過ごしください。



あじさいを見に行ってきました。



※撮影の際、マスクをはずしておきます





みどり農園 収穫出来ました♪



お花の植え替えをしました。



お願い



新型コロナウイルス感染症が5類感染症に変更され、それに伴い、マスク着用の取り扱いは個人の判断に委ねられました。みどりでは高齢者等重症化リスクの高い方の感染を防ぐため、マスクの着用をお願いしています。朝の検温、消毒、マスクの着用等について、引き続きのご協力をお願い致します。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。





お一人おひとりにあった活動をしています。

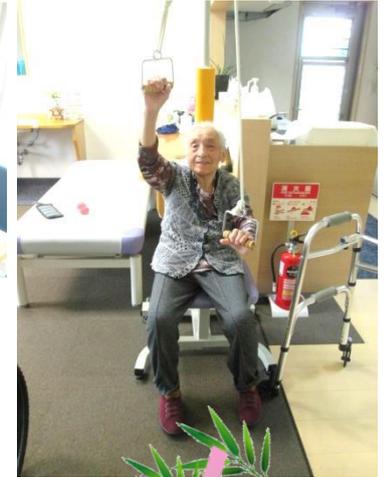


野菜の下準備はお手のもの。お昼ご飯が楽しみです。



～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。



個々にあったトレーニングをしています。

