

みどり通信

# あずま

2023年10月発行  
福祉サービスみどり  
NO.232

十月の声を聞いてようやく秋らしくなりましたね。秋の夜長に虫の声、そして美味しい収穫の秋。過ごしやすい季節となりましたが体調に気をつけていきましょう。



ボランティアさんによるフラダンスが披露され、皆様に大変喜ばれました。





# みどりに来られる皆様に感謝をこめて賞状を贈りました(^^♪



## 行事食・紅白饅頭・カラオケと、楽しい敬老会でした♪

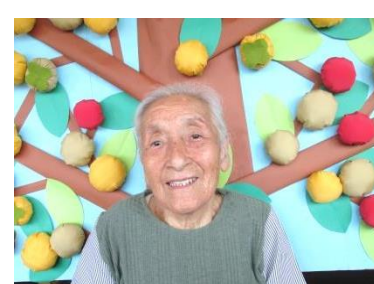
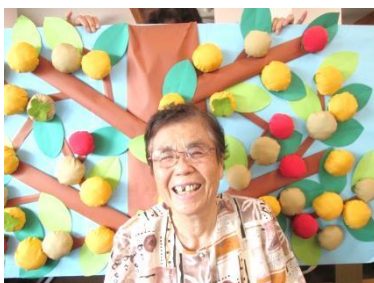
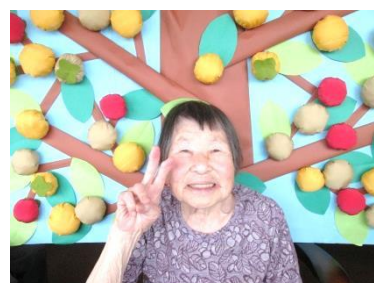
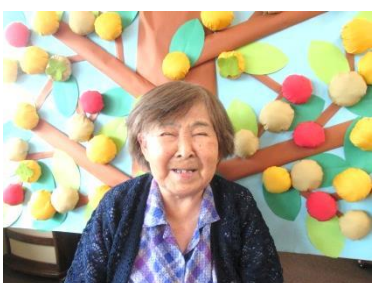


## 紅白饅頭はみんなで下準備♪





# 今月も素敵な笑顔と笑い声で溢れています♪





※撮影の際、マスクをはずしておきます。



## お願い

今期はインフルエンザが流行しているようです。深刻な同時流行を起こさないためにマスク着用、換気、3蜜を避けることが有効だそうです。みどい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。

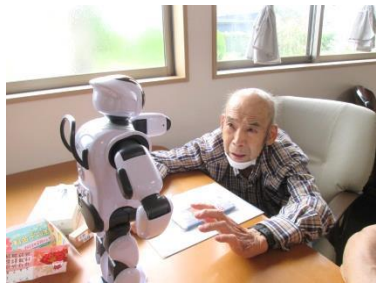
朝の検温、消毒、マスクの着用等について、引き続きのご協力をお願い致します。

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。





# 個々にあった活動をしています



## みんなで協力しあい今月の壁紙を作りました





～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。

