

はくちよう新聞 5月

桜も咲き終わり、若葉の季節となりました。日中は春の温かさ、夜や朝方は少し肌寒い日々が続いていますね。

はくちよう棟では三月にコロナウイルスが発生し、利用者の皆さんには不便をお掛けしました。皆様のご協力により無事、終息することができました。

部屋で過ごす時間が多かったため、気分転換になればと、花見を行いました。利用者様からは『こんな大きい桜があったんだね』『綺麗に咲いてるね』などの言葉を頂きました。四月十日にはスイーツバイキングを開催し、どれにするか悩みながら選び、『どれにしようかな』『早くて美味しいね』など嬉しそうに召し上がっていただきました。

五月にはゲーム大会を予定しておりますので体調管理をしっかりとって過ごしていきます。



4月行事風景



今月の予定
五月十三日
ゲーム大会



お願い

気候が暖かくなってきましたので、夏物衣類の準備や薄手の毛布などへの交換をして頂きますようお願いいたします。

五月も感染予防の為の各種制限は継続させていただきますが、面会については窓越しから対面での面会へ変更いたします。ご希望の際は事務室や相談室までお気軽にお声がけ下さい。

リハ科より

これからは気候が変わりやすい時季となります。天候不良時特有の疲れやだるさを予防するポイントとして、適度な運動を心掛けることと、過度な運動を心掛けることと、言い換えておきます。実施しやすい運動として、頸部を左右に倒す等のストレッチや肩を大きく回す、身体を左右に捻る、膝を伸ばさず、踵上げ等を各十回程度から無理なく毎日続けられることがとても大切です。回数はあくまでも目安で、ご自分のペースで行いましょう。

六月行事予定

★おやつ調理会
を予定しております。