

愛の家通信

Vol.73

10月になりました。
皆様健やかに過ごしてでしょうか。



連日の猛暑もようやくおさまり、急激に秋の気配を感じる様になりました。

運動や散歩に適した季節ですので、天気の良い日には無理のない範囲で身体を動かして健康的な生活を心がけましょう。

トピック①～ごちそうレク

9/9(火)は毎月恒例のごちそうレクでした。

今回のメニューは宮本・倉石スタッフが力を合わせて作った「冷やし中華」でした。

彩り豊かな見た目で入所者の皆様にも大変好評でした。

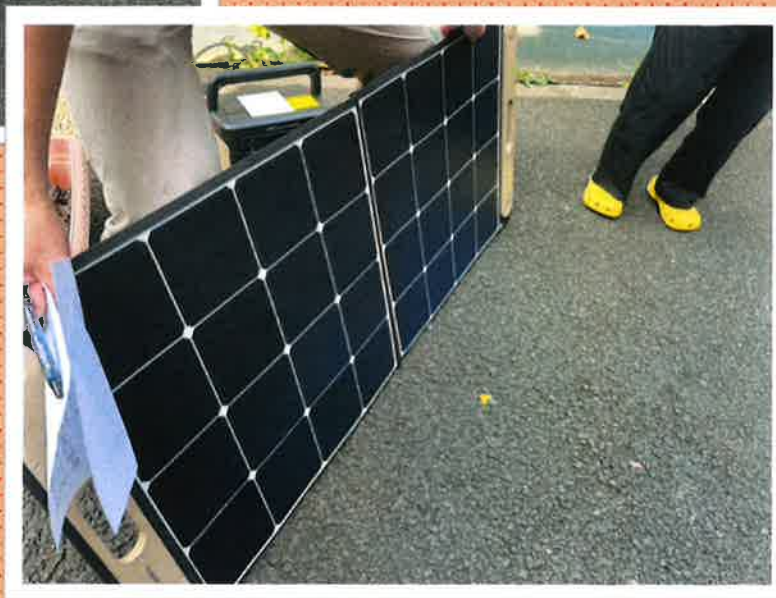


次回のごちそうレクもお楽しみに♪

トピック②～防災避難訓練

9/28(日)は半年に一度の防災避難訓練でした。

訓練開始のアナウンスからスタッフの誘導による避難、消火器の格納場所や非常用電源の説明等、入所者の皆様のご協力のおかげで今回も無事に訓練を終える事が出来ました。



ご協力心からありがとうございました♪

コラム～秋は運動の季節

秋は日中の暑さもやわらぎ、軽い運動やウォーキングに適した季節です。

毎日の少しの運動が筋肉の衰えや体調不良の予防に役立ちます。天気の良い日は安全に気をつけて是非外出をおすすめします。



年々暑さが厳しくなって来ていますが、ようやく愛の家の周辺も秋の虫の鳴き声が響くようになりました。庭の花々に目を向けると蝶々がやって来たり、季節の移ろいを肌で感じさせてくれます。

この10月も入所者の皆様が日々健やかに過ごして頂ける様、スタッフ一丸となってサポートしてまいります！