

# NEWS LETTER



## 夏祭りを開催します

今まで経験をしたことがない六月の猛暑も落ち着き、夏らしい夏を迎えておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルスの感染が爆発的に広がっているなか、なかなか今までの日常生活には戻れず、今年も「敦賀祭り」が、残念ながら中止となりました。

そこで本社デイサービスでは、「ご利用者様に楽しんでいただけるよう「夏祭り」を八月十一日(木)、十二日(金)と二日間にわたり開催することになりました。焼きそばや綿菓子を食べたり、スーパードールすくいなど縁日の遊び等も準備致しております。(もちろん感染予防は徹底します)是非、皆さんのご利用をお待ちしております。(生水)

## 看護NEWS

### 笑いは健康長寿の源



よく笑い  
免疫力を  
あっぷっぷ



ここ数年、マスク顔が日常風景になりましたね。耳にするのはコロナ騒動の話ばかり。わかってはいるけれど、たまにはお腹の底から笑ってみませんか？

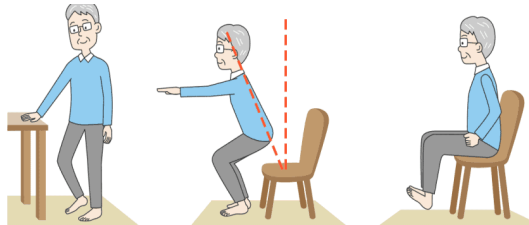
ご存知ですか？

8月8日は「8(ハ)8(ハ)8(ハ)」の語呂合わせで「笑いの日」だそうです。感染予防のためには手洗いやマスク以外に、私達自身の免疫力をあげることも大事だと言われています。

笑いは日常生活の中に、家族や友人との会話の中に、毎日働く会社の中にたくさんあります。それがキャッチできるように「プラス思考」で行きましょう！

## リハビリNEWS

### 自宅でできる 転倒予防体操



開眼片足立ち

- ① テーブルや手すりに掴まる
- ② 床につかない程度にテーブル側の足をあげる

椅子スクワット

- ① 椅子に浅く腰掛け両手を前に出す
- ② 腰から上を前傾姿勢にする

トゥーレイズ

- ① 椅子に座る
- ② 両足のつま先をあげる

新型コロナウイルス感染症の影響で、外出を控えることが多く、家に閉じこもりがちな生活が続いています。そのため、「動かないこと」による心身や脳の機能が低下し、転倒する危険性が高くなっていく方が増えてきています。

動かない時間を減らして転倒を予防できるように、自宅でできる運動を行いましょう。

少しずつでも良いので、是非トライしてみてください！

## 7月のイベント

### かき氷で夏を楽しみました



## 9月のイベント予定

### BBQを開催します

2022年9月14日 昼食



# かくだ デイサービスセンター 年間行事

1月	2月	3月	4月	5月	6月
お正月	長寿のお祝い	桃の節句	お花見 ドライブ	端午の節句	
7月	8月	9月	10月	11月	12月
かき氷	夏祭り	BBQ	焼き芋	紅葉狩り ドライブ	クリスマス

※行事予定は、新型コロナの感染状況等により、変更となることがございますので、ご了承ください。

新しいホームページが運用されました。  
是非QRコードを読み込んで頂き、お楽しみください。  
<https://kakuda4141.co.jp/>



## 『お知らせ』

新型コロナの感染が再拡大しております。  
その中で皆様へのご協力をお願いしたいことがございます。

- ・**風邪症状**や**37.5℃以上の発熱**があった場合、デイのご利用をお控え頂き、医療機関の受診を行っていただくこと
- ・不織布マスク・手洗いの徹底、感染予防に努めていただくこと
- ・感染流行地域の方との接触があった場合のご連絡
- ・4回目の予防接種の予定・実施日のご連絡

お手数をおかけいたしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。