



あおぞらだより

No.194

平成 29 年 6 月 30 日

予想より 6 月は凌ぎやすかったような
気がしますが本格的な暑さはこれから！
暑さに負けず体を動かすことが大切です
自然に触れながら季節を肌で感じましょう
ノウゼンカズラ・アガパンサスがきれいです



今年のゆりは特別きれいでした



全員の外出は難しいですが
体や心のリハビリ等目標を
もって出かけるのはプラス
要因が多いようです
可睡ゆりの園にでかけました

体にいい機器や体に優しい機器を入れていきます

ベッド式特浴機

多機能カラオケ機

インブレス

足湯

メドマー

移動式リフト



6 月も素晴らしいイベントが開催されました

本格的な演奏会やプロ・アマ問わずいろいろな企画が盛り込まれています わざわざ会場
まで出かけなくても身近に見聞きできます 参加され心のリハビリで鋭気を養って下さい
松井美千子邦楽演奏会・尺八の音色にも驚きました モアナハワイアンズコンサート・爽やか



遠州花笠会・楽しく元気

なかよし会・いつもお元気

からくりボックス正次郎・スパマン先生大道芸



***フレイルにならないように当施設を上手に利用され元気な心と体を手に入れて下さい**

フレイルとは元気な状態と介護が必要な状態の中間の状態のことでそれを防ぐ大切なことは

① 運動をする ②しっかり栄養を摂る ③社会参加 です 認知症危険因子を減らしましょう