

ハーティハイム通信 vol.8

☆リハビリ担当より☆

寒暖差で身体に負担を感じる季節となりました。
この時期は免疫力が低下したり、なんとなく気分が重くなりがちです。
そこで今回は、タオルを使ったフレッシュ体操を紹介します！

座ってできる ~気分爽快！のびのびストレッチ

- ①バンザイするように手を上げる ②左右にゆっくり身体を倒す



※肩や腰の痛みが強い方は無理のない範囲で行いましょう！

~贅沢御膳・工作レク~

紫陽花とかたつむりの飾りを作成しました。
折り紙でかたつむりを作り、お花紙で紫陽花を表現しました。
贅沢御膳では季節の食材を使った料理を召し上がっていただきました。

皆さん上手にできました♡
是非ご自宅に飾ってくださいね♪



♪ スタッフ紹介 ♪



デイケア介護職員
北澤 千鶴

◆出身地は？
福島生まれ、上尾育ち

◆趣味・特技は？
趣味は、雲の流れをポーッと眺めること

◆仕事に対する意気込み！！
スキル不足なのでスキルアップをしていき情報の引き出しをひろげていきたいです。
皆様の笑顔のパワーに、宜しくお願いします☆



どれにしようかな？

喫茶 オープンしました！！

4月行事では日頃、コロナ禍で自粛されている利用者様に外出気分を味わっていただきたく喫茶行事を開催しました。
当日は通常、提供している飲み物以外にも種類を増やし、ウエーター・ウエートレスになった職員が利用者様1人1人にオーダーを取りドリンク提供いたしました。また、会場を少し暗くしジャズを流し落ち着いた環境を作りました。
デイケアでは初めてとなる喫茶でしたが利用者様からとても楽しかったとの声が多く聞かれました。

おまたせしました！！



ちなみに・・・
ココアが
人気でした！！



次回は6月24日(木)の予定です♪
お待ちしております♡



・・・ドリンクの種類も変わるかも！？

