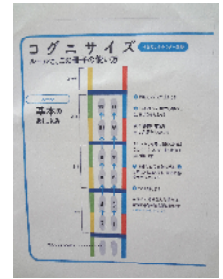


ゆうハイム通信

平成28年

4月

東側廊下に色つきのテープを貼りました。脳と体の両方を動かす運動です。さんぽの時や通りかかった時に挑戦してみてください。分からない時は職員に声をかけて下さい。



運営懇談会 (うんえいこんだんかい)

日頃感じていらっしゃることをみな様と一緒に話し合いたいと思います。4月19日(火) 14:45~歌の時間の後に行いますのでお気軽にご参加下さい。

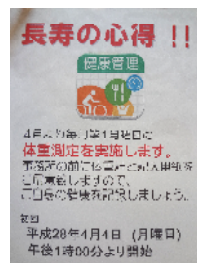
こいのぼり

4月5日に色とりどりのうろこを貼りつけてこいのぼりを作りました。たくさんの方が参加してくださりすてきなこいのぼりが、完成しました。



おねがい

大型連休にお出掛けされる方もいらっしゃると思いますが緊急連絡先になられているご家族様もお出掛けの際には緊急時連絡が取れないなどの事態を防ぐ為にもあらかじめご連絡くださるようお願いいたします。



お知らせ

4月より毎月第一月曜日に体重測定をします。ぜひご自分の健康の記録をつけましょう。

カラオケは脳の活性化やストレスの軽減、ドライマウス予防などにも効果があることが判明してきました。口をよく動かすことによる老化の防止、唾液(だえき)の分泌液(ぶんぴつえき)を増やして感染症への抵抗力増強、飲み込みの機能を鍛(きた)え誤嚥性肺炎(ごえんせいはいえん)のリスクを抑えるなど。ぜひみなさん、レクレーションに参加して一緒に歌を歌いましょう。



冷たかった風から暖かな風が吹くようになりました。春の風物詩さくらのたよりも聞こえてきましたね。

