













お花紙で紫陽花つくり











七夕の壁飾り





願い事を何にするか































やすらざ通信

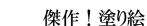
令和2年7月号

「コロナウィルス」が騒がれ始め、はや半年。少しずつ緩和されてきてはいますが、

引き続き手洗い・消毒・検温等をしっかりしながら、感染拡大予防に努めていきたいと思います。 気候の良い時期に外出が難しかったですが、少しでも気分転換が出来る様、又長時間座りっぱなしに ならない様に、日中合間に今回購入したバイク運動やマッサージをしたり、食前後にはリズム体操や 嚥下体操を取り入れてみました。映画会や図書館で借りてきた本を読むのも喜ばれています。

これからは、熱中症にも注意しながら、みんなで楽しく元気に夏を乗り切りたいと思います。







7月の貼り絵





やすらぎおやつ



5月・6月 こうやって過ごしました







陽だまりと一緒に バーベキュー



ノンアルコールビールで ほろ酔い気分(*^^*)



も一お腹いっぱい







ドライブお花見





綺麗じゃわー。 外は気持ち

ええなぁ。

満開で迫力満点



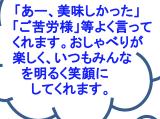
熊野神社の輪くぐり







挿し木や株分けも お手の物。お花を増や しながら、とても上手 に咲かせます。 盆栽の手入れも 見事です。









今年も素敵な一年になりますように



リズム体操や嚥下体操





食後に自ら歩行訓練やスクワット、 竹踏み等の運動をする方が 増えてきました。



まだ、体操せんの?とご利用者様 から声が上がる程。特にお気に入り は"サザエさん"の様です。



フットマッサージを購入しました。

寝転んでふくらはぎもマッサージ。

長時間座りっぱなしに ならないように簡単ストレッ



もう少し寝ますか? ご飯食べますか?



ご飯 食べます

極楽!極楽!



頂いた紫陽花の地植え

切っとくな

お風呂上りに爪





時間を過ごしましょう。楽しみに待っています。

可愛い子猫

じゃな-



お気に入りの音楽を 聴いてご機嫌です



入浴後の保湿クリーム。 くすぐったい様です



みんなと一緒にご飯を食べたり、運動やゲーム等をして楽しい



