



# オレンジ便り



富岳ギャザーホーム 令和2年5月1日号

日本中で新型コロナウイルスの感染対策が続いています。緊急事態宣言も発令され、散歩や買い物も思うようにできない日が続いています。デイサービスに通われている方は、マシーントレーニングや体操を継続されているので、体力の低下はあまり心配ないと思いますが、ご家族の皆様やデイサービスをお休みされている方は、是非、自宅でできる運動を行ってください。タオルを使ってストレッチ、椅子につかまってつま先立ち、椅子から立ち上がったたり座ったりでスクワット・・・自宅でできる運動はたくさんあります。身体を動かして、気分転換を図り、コロナウイルスに負けない体力をつけましょう!!



誕生会

4月のフォト

お菓子作り



美味しく  
なりますように♡



(バイブルマシン)  
転倒予防・冷え性・便秘  
などに効果があります



今日も頑張って運動しています!!



4月の苦情

特にありませんでした。今後も、より良いサービス提供ができるよう努めていきます。