

デイサービスセンター みたらの杜通信

あっという間に3月になり、少しずつ春が近づいている感じがします。皆様元気にお過ごしでしょうか？コロナウイルスによる自粛生活が3年続き、そろそろ収まってきたので活動再開したいところですが、体力も免疫力も低下しています。無理のない範囲から活動再開してください。同じ買い物で歩くのも少し早歩きにいたり、大股で歩いて散歩をしたり、椅子に座って腿上げしたり、少しずつ動き出して体力・免疫力を戻していきましょう。食事でもビタミンやカルシウムを摂るようにして免疫力アップを目指しましょう。今年も始まったばかりです。元気にいきますよ～！

令和5年3月号
第35号

発行責任者 松橋 信夫
制作担当者 武川 麻里



2月は節分の鬼退治ゲームをしました。台の上から狙いを定めて、ボールを転がして倒したり、うまく的に当たったり、笑い声沢山でした。

♪3月のお知らせ♪
床屋さん

3月13日～3月15日

行事食

3月13日～3月17日

4月の床屋さん予定

4月10日～12日

4月の行事食予定

4月10日～14日

頃を予定しておりますが、
変更の場合もありますので
ご了承ください。

今月は鍋シリーズです。ちゃんこ鍋や鱈鍋・石狩鍋・ごま味噌鍋等色々な鍋が日替わりで出てきました。



おやつなワッフルです。いちごとクリーム
のトッピングがおいしかったです。



コロナワクチン接種について ...

3月13日以降マスクの着用は個人の判断という事になっておりますが、高齢者施設等では、高齢者の重症化リスクが高いため、引き続きマスクの着用をお願いしております。これからは感染リスク予防のため、うがい、手洗い、消毒、換気等続けていきますので、ご協力お願いいたします。コロナワクチン・インフルエンザワクチンの接種を引き続きお願いいたします。

