令和４年５月２日発行

ハッピータイムス

さつき号

発行元
社会福祉法人　津軽富士見会
弘前特別養護老人ホーム　広報委員会
〒０３６－８２６６
弘前市大字自由ヶ丘５丁目５－３
☎０１７２－８８－１４３１
URL：http://tsugarufujimikai.com

★津軽富士見会は、『青森県介護サービス事業所認証評価制度』の認証法人です。

開園42周年の新年度に寄せて

副園長兼デイサービスセンター均幸苑所長　阿部しのぶ

４月１日をもちまして、当施設は４２周年を迎えることができました。

これは一重に、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様の、ご支援とご協力の賜と、心より感謝申し上げます。

コロナ禍のため式典を行うことはできませんでしたが、ご利用者の方々には、お祝いの膳で楽しんで頂きました。

まだ感染対策による行事等の制限はございますが、ご利用者の皆様には笑顔で過ごして頂けるよう、職員一同努力して参りますので、今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。

デイサービス

４月は、紙ねんどで桜の花びらの形をした器を作っています。「なかなか花びらの形にならないな～」「あんた、じょんずだな～」など、言いながら楽しそうに作っていました。

H．N

これさ、何へれば
いいべなぁ？

ひなまつり

ワンポイント

元気に動ける体づくり

・体幹を鍛えると、歩く・体の曲げ伸ばし・姿勢の改善等、生活に必要な基礎体力が高まり、疲れにくい元気な身体を保てます。
・週２回、１日１０分、エクササイズ！回数頻度はマイペース無理をしない。
・エクササイズは呼吸をしながら…呼吸を止めると血圧上昇につながるので注意。
・頑張りすぎると体を痛めるので、できる範囲で取り組む。

さあ、レッツ　トライ！！

M．K

プライバシー保護について

ご利用説明時等、広報誌やホームページへの掲載可否の確認をしておりますが、再度、ご利用者様とご家族様、ご関係者の皆様には、ご氏名やお写真掲載がありますことに、ご理解とご承諾をお願い申し上げます。

また、掲載をご希望されない場合には、お早目にご連絡さます様、お願い申し上げます。

広報委員会及びホームページ担当者より

行　事　予　定

５月…消防訓練
入所者ドライブ
入所者誕生会（４～６月生まれ）
６月…レク大会
７月…夏祭り
かき氷会

編　集　後　記

五月晴れの澄みきった青空を泳ぐ鯉のぼりが気持ちよさそうです。
季節柄、菖蒲湯でも立てて心身のリフレッシュに努めたいですね。

M.K