

元 氣 通 信

平成28年10月号

元気館発行



調理



野菜を切るところから
味付けまで流石です！

虫の音が心地よくなり、日増しに秋の深まりを感じる季節となりました。
『芸術の秋』『スポーツの秋』やっぱり『食欲の秋』でしょうか。
いろいろな秋を満喫しておられると思いますが、風邪など引かないように
お体を大切にお過ごしください。



外出支援



外出することで車の乗り降りや階段などの段差、坂道やでこぼこ道などを歩くことで下肢の筋力低下を防ぐことができます。また、車で出かけることで気分転換にも繋がります。



田儀の手引きが丘公園へ行きました！



鳥井保育園の園児が散歩の途中で元気館に寄って下さいました！
園児たちの突然の訪問・歌の披露に皆さんは大変喜んでおられました！



今年も10月より各医療機関にてインフルエンザの予防接種が始まっています。
高齢者がインフルエンザにかかると重症化することがあります。予防接種を受けてインフルエンザにかからないように体調管理・手洗い、うがいをして予防していきましょう！



デイサービスセンターきれんげ 元気館
TEL 0854-83-7091

デイサービスの施設見学
体験利用受付中