



食欲の秋。読書の秋。運動の秋。趣味を楽しめる季節ですね！

趣味活動
楽しんでます！



時には真面目に♥
楽しく取り組んでいます。



特選!!
おめでとうございます！

日頃からコツコツと皆様に取り組んでいただいている趣味活動。

今回の書道展でも特選に入選される方が複数名いらっしゃいました。昔からお好きだった方・デイサービスで何十年ぶりに取り組まれた方、皆様楽しく取り組まれています。

手芸も各々で楽しんで作っていただいております、はつらつセンター豊玉の作品展に出展してまいりました！



ルームシューズと
ペットボトルケース



グラスコード



ひまわりのコサージュ

展示した作品は豊玉デイ玄関に飾ってあります。
お近くにいらっしゃった際にはぜひご覧ください！

9月の いい時

平成30年 10月 第165号

発行：豊玉デイサービスセンター



これからも、どうぞお元気でお過ごしてくださいませ。



折り紙作品
←コスモス畑
折鶴で作った菊→



《散歩に良い季節になりました》

今年は猛暑が続きましたが、一段落しましたね。木々の色が変わり、食べ物が美味しく感じる季節になりました。

風や季節を感じながら、ゆっくり散歩に出かけましょう。リハビリの視点としては、外には坂や段差があるため、全身の筋肉や五感を使います。そのため、足腰の筋力やバランス感覚の維持向上になります。散歩をすることで《冷え性の改善》や《免疫力の向上》また《ダイエット効果》や《認知症予防》《ストレスの緩和》といった様々な効果が期待できます。

今月は別紙に正しい歩行姿勢を紹介します。参考にして下さい。

理学療法士 佐藤尊志

運動会開催のお知らせ

10月3日・4日に豊玉デイ恒例秋の大運動会を行います。現在赤白組に分かれて、応援団長を中心に、優勝目指して練習中です。

当日ご利用予定でないお客様もゲストとしてのご利用が出来ますので、ご参加希望の方はケアマネジャーさん又は豊玉デイ相談員にお声かけください。

ご家族様の見学も大歓迎です！

