



デイサービス通信 たいせつ

8月号

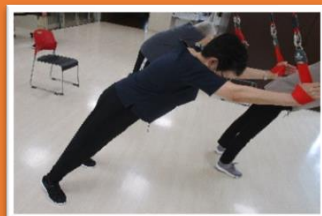


暑かった夏も、お盆を過ぎた頃からようやく北海道らしい気候になってきましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。最近では外でトンボの姿も見られるようになり、秋の訪れを感じる季節になりました。8月はオリンピックも終わりたくさんの感動に日本中が包まれましたが、それに比例するかのように新型コロナウイルスの感染者数が日本中で急増し、たいせつの郷でもご利用者・職員ともに感染症対策を徹底しているところがあります。

そんな中ではありますが、8月もご利用者皆様のたくさんの笑顔や真摯に運動に取り組まれる姿が見られましたので、一部ではありますがお届けしたいと思います。

SKたいせつの郷

今月もご利用者の皆様には様々な運動に取り組んでいただきましたが、そんな中でもレッドコードについてお届けしたいと思います。



レッドコードは北米ノルウェーで開発されたトレーニング器具で天井から吊るされた赤色のロープで運動を行います。

SKたいせつの郷では、ストレッチや体幹体操等の様々な運動を行っています。

たいせつの郷

8月7日は七夕！短冊を用意し、ご利用者の皆様に願い事を書いて頂きました。

「健康第一！」「デイサービスでみんなと楽しく過ごしたい」等、様々な願い事が書かれた短冊が出来上がりました。皆様の願い事が叶いますように♪



8月も暑い日が続きましたね。
皆様に涼しい気分を味わって頂こうと、
おやつにアイスクリームをご用意しま
した。バニラ・チョコ・いちご・
キャラメル・抹茶・黒ゴマと6種類の
味があり、皆様「どれにしようかな
〜」「全部美味しそう！」と悩みなが
ら、お好みの味を選ばれていました。



今月の体操

今月はブリッジをご紹介します！



これをすることによって
背筋の強化、体幹の安定化
につながります！

・ベットや床に横になります。

- ・足をまっすぐに伸ばしゆっくりと上げ
おしりを浮かし、**5秒間**保持します。
- ・これを2回繰り返します。

見学・体験利用募集中！

お気軽にお問合せください。

令和3年8月31日発行

発行 / 旭川たいせつ福祉会 広報委員会

たいせつの郷 TEL (0166) 58-3333

担当：日蔭・榊原

SKたいせつの郷 TEL (0166) 57-3220

担当：阿部・千尋