



# デイサービス通信

6月号



桜も終わり、緑が美しい時期となりました。たいせつの郷周辺は田植えも進み、夏が近づいてくる感じが感じられます。コロナウイルス感染症が5類へ移行になったことに伴い、デイサービスホールのしつらえも大きく変更し、新鮮な雰囲気となっています。これから夏に向けて、楽しいイベント等も企画しています。皆さんで、楽しく元気に夏を乗り切れるよう、運動にしっかりと取り組み、体調管理をしていきましょう。

## SKたいせつの郷



今月よりコロナウイルスの分類も5類へと変わり、今までの規制も大きく緩和されてきている中で、ホール内の設えの変更を行いました。今までは雰囲気も大きく変わりましたが、ご利用者様からのご意見も参考にさせて頂きながら、徐々に完成させていきたいと思っています。

## たいせつの郷

今年度、法人創立20周年記念事業の一環として、季節にちなんだ『月変わり弁当』を提供しています。味も見た目も楽しむことができ、ご利用者からも大変好評です♪



こどもの日弁当

山菜弁当

コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、ホールのしつらえを変更しました。新たにカフェスペースを設け、皆さんお好きな飲み物を選び、お喋りを楽しまれています♪



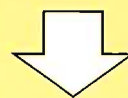
## 今月の体操

今月は腰のストレッチ体操をご紹介します。



椅子に浅く腰掛け、背筋を伸ばします。その後、椅子の背もたれに背中を付ける様に背中を丸めこれを数回繰り返します。これを行うことで腰骨が写真の様に大きく動き、バランスの強化などに繋がります。肩こりと同じように腰も凝り固まりますのでテレビを見ている時などに是非挑戦してみてください。

youtubeで解説動画を公開中です！



# 見学・体験利用募集中！

お気軽にお問合せください。

令和5年6月1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