

# 笑輪

しょうりん

令和6年

# 11月号



日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2
いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操
3	4	5	6	7	8	9
体重測定	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操
10	11	12	13	14	15	16
体力測定 週間	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操
17	18	19	20	21	22	23
	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操	タオル体操 リハビリ体操
24	25	26	27	28	29	30
誕生会 週間	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操	いきいき 百歳体操



コロナウィルス、インフルエンザが流行する季節になります。

どちらにも共通する予防対策をしましょう！

- 外出時のマスクの着用！！
- 帰宅時には、手洗い、うがい！！
- バランスのよい食事、十分な睡眠！！
- 室内では加湿器などで乾燥を防いだり環境を整える！！



※インフルエンザワクチンを接種された方は、デイサービススタッフへお知らせ下さい。



## 今月のお誕生者紹介



有田サナエ様 昭和 4年 11月 11日生 95歳  
 米村 正身様 昭和 12年 11月 1日生 87歳  
 布田マル子様 昭和 16年 11月 5日生 83歳



# 防災訓練



9/24(火)に火災想定の避難訓練を実施しました。  
 今回は玄関前のロビーへ避難し、皆さん落ち着いた避難が  
 出来ていました。**暑い中ご協力ありがとうございました。**

点呼をとります。  
 OOさん!



## 外出訓練

10/21~



今年も城南総合スポーツセンターへ  
 外出訓練に行きました。  
 少し風もあり気持ちよかったですね♪



気持ちが良いね☆



はいチーズ!



10月中に外出訓練を予定  
 していましたが、悪天候  
 で出来ていません。11月  
 にも行く予定なのでお待  
 ちくださいね。



少し休憩♪



## ~園芸活動~

皆様と作っている畑に植える野菜の苗と花と一緒に買いに行きました。  
 今回花はパンジー、スイセン、チューリップ、野菜は白菜、大根、  
 レタス、小松菜を植えています。成長が楽しみです♪



どれにしようかね♪



なんば植えらすどか?

\*写真の掲載につきましては、御本人の承諾をいただいています。