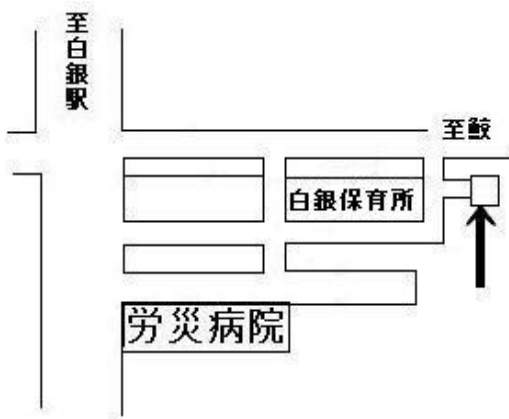


きらきら

4月号 令和3年4月1日発行



ひな祭り会にて



八戸グリーンハイツ デイサービスセンター

TEL : 0178-31-0511

住所 : 青森県八戸市大字白銀町字沢向15の2

3月の行事・活動

『ひな祭り会』

3月3日は桃の節句。毎年、保育園児の歌や踊りを披露して下さっていましたが、今年はビデオレターとしてテレビで流させて頂きました。園児たちを見た利用者さんの顔も「ほっこり」されていました。



『体操』

暖かい日も増え、体を動かしやすくなってきましたね。身体機能を維持するためにも、運動は欠かせません。デイサービスの運動は、自宅でも行えるものばかりですので、ぜひ自宅でも取り組んでみて下さい。



『午後のレク活動』

午後の活動では、玉けりやボーリング、双六など行いながらゲーム感覚で身体を動かされています。魚釣りでは、「今晚のおかずにしよう」と様々な魚を楽しく釣られていました。



3月誕生会

3月の誕生会は、皆さんの誕生日に近いご利用日に行いました。
誕生者の方へ、色紙とプレゼント、誕生日の歌「ハッピーバースディ」を送らせて頂きました。

お誕生日、おめでとうございます！

これからも、元気にグリーンハイツにお越しく下さい！

職員一同、お待ちしております（*_^*）



『手作りおやつ』

今月は、お汁粉と梅昆布茶を作りました。出来栄えを伺うと「とっても美味しい」とたくさんの方に褒めて頂き、お汁粉もペろりとたいらげました。作った職員も嬉しそうにしていましたよ。



『作品作り』

今月の作品作りでは、「桜」を皆さんと一緒に作りました。春の陽気を感じる日も多く、太陽の光を浴びると、皆さん「ぽかぽかして気持ちいい」と話されています。青森県の桜の開花も楽しみです。



『今月の豆知識』

春に旬を迎える「タケノコ」の豆知識です。

「タケノコ」は食物繊維がたっぷりで、低カロリーでダイエット向けの食材です。

また、便通を良くする効果もあり腸内環境も整えてくれます。

そして、塩分の排泄を促す成分もあり、むくみをとる作用もあります。

ぜひ、旬を迎えるこの時期に「タケノコ」を食べてみてはいかがでしょうか。



お知らせ

4月の行事

☆手作りおやつ☆
4月19日（月）～25日（日）

☆誕生会☆
誕生日の近い日に行います。

～デイサービスからのお願い～

☆名前の記入について

忘れ物や物品の紛失を防ぐため、出来るだけ上着・帽子などの持ち物には名前を記入して頂く様、ご協力の程よろしくお願い致します。

☆食べ物の持ち込みについて

衛生上の考慮から、センターへの食べ物、飲み物の持ち込みはお断りさせて頂いております。ご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

☆ひげそり持参について

感染症予防の為、ひげそりのご持参をお願い致しております。又、ひげそりのお預かりはお受け致しかねます。ご協力の程よろしくお願い致します。

☆歯ブラシについて

デイサービスにて使い捨て歯ブラシを準備していましたが、コロナウイルス感染予防の為、在庫が無くなり次第、各自準備して頂く様お願い致します。

☆感染対策について

コロナウイルス感染対策として、デイサービス利用の際はマスクの着用をお願い致します。デイサービス利用の朝、自宅で体温測定を行って頂き 37.5℃以上の場合はお休みのご協力をお願い致します。お手数をお掛けしますが、自宅で測定した体温を手帳への記入も併せて宜しくお願い致します。

～編集後記～

春の陽気に誘われて、お昼寝も気持ちいい季節となりました。「ぼかぼか」した光を浴びながらお散歩もいいですね。桜が咲いたらお花見も良いですが、外出する際はマスクを着用し感染予防を行っていきましょう。

外館・山内