

《 大阪梅田東ロータリークラブ様 主催 》
 扇町総合高校吹奏楽部様
 コーラスグループ「ミモザ」様 合同演奏会



4月21日(日) 14:00～
 2階 デイルームにて
 大阪梅田東ロータリークラブ: 13名
 扇町総合高校: 31名 ミモザ様: 4名
 参加者: 50名 スタッフ: 6名



扇町 総合高校 吹奏楽部 オーギーズ様と
 ミモザ様による合同の演奏会が
 開催されました。



ミモザ様によるコーラス「東京ブギウギ」や
 「大阪ラブソデー」「川の流れるように」等の
 馴染みのある楽曲を 迫力のある演奏と
 歌声を 間近で聞かせていただき
 感動で涙される方もおられました。

お花見 スナップ



《 4/4(木)
 本庄川崎公園にて 》

《 4/7(日)
 本庄公園 桜フェスティバル 》

ふじ 便り

令和 元年 5月 / 277号

造幣局 通り抜け

4月8日(月)13:00～
 参加者:4名 スタッフ:4名



大阪市よりご招待頂いた
 造幣局の桜の通り抜けに
 行ってきました。
 「玖島桜」「二度桜」等 たくさんの
 品種の桜を見ることができ
 「きれいやなあ。来てよかった。」
 と満足された様子でした。

佐藤先生の体操教室

4月14日(日)
 14:30～
 2階 デイルームにて
 参加者:35名

音楽に合わせた ストレッチや
 手足のリズム体操 想像で動作を
 行うゲームなど
 楽しく体を 動かしました。



～ しょうぶ湯のお知らせ ～

5月3日(日)～5月5日(火) 午後2時～ 菖蒲湯を予定しております

菖蒲湯 効能: 鎮痛(腰痛・神経痛・筋肉痛)
 冷え性・リウマチ・肩こり・リラックス効果

五月人形を飾りました!

1階に 5月10日まで
 五月人形を飾っています♪



4月バースデイ ツアー スナップショット



バースデイツアーはお部屋の担当が行っています

～ なぜ 転倒するのか? ～

なぜ年を取ると転倒する可能性が 増えるのか。
 それは、年を取るとつれての**下肢の筋力の低下**や **柔軟性の低下**
 等が 原因です。
 筋力は20代にピークを迎え、それからだんだんと 減少していきます。
 いつものように 足を上げているつもりでも 実際思うように
 足が上がっておらず つまづいてしまいます。
 又、腰痛や膝痛等で **活動量が減り** 知らず知らずのうちに体を
 動かさなくなり 筋力が 落ちていきます。
 暖かくなってきたので、意識して体を動かす「トレーニング」に
 挑戦してみませんか?

5月の行事予定

5月 7日(火)・17日(金)	9:30～	訪問理美容(髪人)
5月 7日(火)・19日(日)	14:30～	佐藤先生の体操教室
5月13日(月)	14:00～	マジックショー(河野さん)
5月17日(金)	14:00～	歌ってわくわく(林先生)
5月21日(火)	14:00～	はもろう会様来園

毎週木曜日	14:30～	ワンワン広場(山藤先生)
毎週火・水・木・金・土曜日	内科診察(中村先生)
毎月1回 随時	耳鼻科往診(雑賀先生)
毎週火曜日	14:00～	歯科往診(今井先生)
毎週火曜日	10:00～	口腔ケア(今井歯科クリニック)

～ ご案内 ～

1. 事務所窓口対応曜日の変更について
9:00～17:00 の 平日のみの 対応とさせていただきます
2. 正面玄関施錠について
2019年5月4日(土)より
土・日・祝の終日 正面玄関を 施錠します
※インターホンを押し お名前を お伝えください。
 その他ご不明・ご不安な点がございましたら ご遠慮なく
 藤ミレニアム事務所へ お声掛け頂きますよう 宜しくお願いします。