



今月の
ベストショット

ふじ 便り

令和 3年 11月 / 307号

わんわん広場 山藤先生の歌声コーナー



わんわん広場ではドッグトレーナーの山藤先生のギターにあわせてデイスタッフが 週替わりで歌を披露させていただいています。いつもと違うスタッフの一面がみれるのでぜひお楽しみに！！毎週 リクエストいただいた曲を1週間の間に先生と担当のスタッフは 猛練習をしています。

*11/4(木)より
わんちゃんとの触れ合い再開しています♪

毎週木曜日 15:00 ~
2階 デイルーム
リクエスト曲 募集中

食欲の秋クイズ

問題① こんにやくにある黒いつぶつぶの正体は 为什么呢？

問題② 私は誰でしょうか？
冬に美味しい魚です。毒をもっています。刺身・鍋や唐揚げに料理されます。

<答え> ① 海藻 ② ぶり

防災 炊き出し訓練 報告



10月15日(金) 11:00~各階にて

非常袋

停電・ガス停止時を想定し各階にて 備蓄品の確認とガスコンロを用いて炊き出し訓練を行いました。実際に行うことで災害時をイメージすることができ防災対策強化を 図ることができました。

特養 入居者のインフルエンザ 予防接種について

ワクチン入荷次第 順次希望の方より接種させていただく予定です。ショートステイご利用の方は 主治医の先生とご相談下さい。

10月バースデイ ツアー スナップショット



11月の行事予定

11月10日(火)・25日(水) 9:00~ 訪問美容 アイズ・ビュー

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	内科往診 (中村先生)
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)
随時	耳鼻咽喉科往診 (雑賀先生)
月2回 金曜日	精神科往診 (洪先生)

特養 ショートご利用者様 ご面会一部緩和しています♪

面会時間 : 土日のみ 14:30~17:00 10分間
 面会者数 : 各家族1名様のみ
 ※扉越しの場合制限なし
 面会場所 : 1階 面談室 / 玄関エントランス
 予約方法 : 電話 06-6371-6233
 メール t-kanai@fuji-m.net

ふくらはぎを マッサージしてみよう！！

ふくらはぎをマッサージすると 血流が促進されて体に不要な老廃物を体外に出す効果や 基礎代謝が向上し免疫力アップなどの効果がみこまれます。

① ふくらはぎを さする

手のひらで包み込むようにふくらはぎを持ち下から上にさすります。気持ちいいくらいの力加減で♪

② ふくらはぎを たたく

軽く握りこぶしをつくりくるぶしから膝にむかって両側から すねの骨の際をトントンします。

③ ふくらはぎを 揉む

ふくらはぎのふくらみをギュッギュッと 押すようにマッサージします。痛気持ちいいところを探してみましょう！

* 片方の足に 1日2分~3分を目安に続けてみましょう！