



敬老の日

つながるぬりえに参加しました♪

9月3日(土) 13:00~14:00
利用者4名 職員3名



扇町小学校の生徒さんとのリモートでのお話にし少し緊張しながらも「素敵な絵を描いてくれてありがとう！」とお互いに交流しながら楽しいひと時を過ごしました。

子供たちが描いた下絵に高齢者が色をつけて完成後に塗り絵の作成に関わった者が同士がオンラインでつながる企画です。

今月のオンラインツアー



ほうしゅやま りっしやくじ
▲山形県 宝珠山立石寺
10月12日(木) 10:30~11:15

※デイルームのテレビをインターネット回線につなぎ オンライン映像で旅行気分を楽しむ企画です。ご興味のある方はスタッフまでお声かけください♪

ふじ便り

令和 4年 10月 / 318号

百寿のお祝い



特養

9月27日(火) 13:00~
今年度 特養で3名 デイで2名の方が100歳を迎えられ お祝いをさせていただきました。
内閣総理大臣 岸田首相より百歳の長寿のお祝いとしてお祝い状と記念品の銀杯が贈呈されました。



デイ

デイサービスからも お祝い状をお渡し 記念撮影させていただきました。

~空気清浄機を頂きました~

北区 社会福祉協議会様より敬老のお祝いとして空気清浄機を1台いただきました。
※4階に設置させていただいています。



10月の行事予定

10月11日(火)・26日(水) 9:30~ 訪問理美容 アイズ・ビュー
10月16日(日) 9:00~ 5階フロア 大掃除
10月29日(土) 14:00~ 計画停電

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)
毎週火曜日 (今井先生)
毎週火曜日 口腔ケア (今井歯科クリニック)
随時 耳鼻科往診 (雑賀先生)

~ 特養入所者のインフルエンザワクチン接種が はじまります ~

近日中にお送りさせていただきます同意書の返信をよろしくお願いたします。
ご不明な等ございましたらメールでお問合せください。t-kanai@fuji-m.net

9月バースデー スナップショット



腸の調子を整える 腸活ストレッチ

最近 流行りの腸活!!
腸活とは、腸内環境を健康な状態にすることです。
腸活を行う事によって、健康的な便の状態になり風邪に予防・肌が若々しく見えるといった効果があります。

お腹ひねり体操



① 仰向けになり 両膝を抱えます。このまま **深い呼吸を10回!!** お腹と 太ももをしっかり近づけ お腹を意識しましょう。

② 両手を広げて両膝をたてます。両膝を揃えて息を吐きながら両足を片側に倒します。
深い呼吸を3回!!



③ 膝の重みを感じながら ゆっくりと膝を無理に床に近づける必要はありません。肩が浮かない様に気を付けましょう。反対側も 行ってみましょう!!

~ 直接 面会再開しています♪ ~

10月15日(土)より直接面会を再開しています。また 新型コロナウイルスの陰性の確認できるものが あれば 30分程度の外出も 可能です。

面会日時 : 土・日曜日 14:00~17:00 10分 予約制
※陰性確認ありの場合 10分~30分の面会もしくは外出可(公園等)
面会場所 : 1階 玄関付近 / 面談室 人数制限 2人まで
予約方法 : メール t-kanai@fuji-m.net / 電話 06-6371-6233
注意事項 : 基本的な感染予防対策の実施 飲食はお控えいただくようお願いします
検査証明 : PCR検査・抗原検査 どちらでもOKです。

【PCR検査について】

以前 ミレニウムで代行させて頂いていた 大阪市の無料PCR検査は現在 実施しておりませんので 最寄りの大阪府の無料検査場での受検をお願いします。※詳しくはメール等でお問合せ下さい。