



いろいろとあった2020年も最後の月になりました
30カ月に振り回された1年でしたね
まだまだ収束しそうもないのが困ったところで
これからも ウイズ 30で いくしかないのでしょうか
三密を避け マスク着用 消毒予防を徹底し
施設内に持ち込むことのないように 気をつけていきたいと思えます
ご利用者 ご家族の皆様にもご迷惑をおかけしますが
更なるご理解 ご協力の程 よろしくお願い致します



12月

祝



年末年始について

現在 施設内では原則面会中止としております
特に年末年始 県外者との接触があった方は
2週間の面会禁止 また外部のデイご利用の方は
2週間のデイ利用中止とさせていただきます
県内での感染が広がっております
感染防止のためにも ご協力 お願い致します

LINE ご利用ください



11月16日
100歳を迎えられ
みんなでお祝いしました
おめでとうございます
これからもお元気で!

つれづれ寿楽話



「昔はなあ 合の元は 魚屋 散髪屋
酒井旅館に秋岡医院もあって人もおいいで
夕方には映画館から音楽が流れてきたりして
ちょっとしたミニ商店街やったんで。
神社があり すもう場もあり とっても
にぎやかやったわ～」

・・・今は昔 現在は神社と秋岡医院があるのみ
ですが 若い頃 旅館の娘さんだった当時の
思い出をよく話して下さいます。

Y・M様 95歳になられました。



行事予定

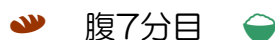


- ★ 誕生会
- ★ クリスマス会
- ★ 避難訓練

お誕生日おめでとうございます



今月のつぶやき



腹7分目

体の中で一番大切なのは 食べた物を消化する胃腸だとはよく言われている事ですが
高齢者にとって肝心な事は 腹8分目ではなくて 腹7分目だとか
歳を取ってくると 日々の楽しみのうち大きな比重をしめるのは美味しいものを食べる事で
たまには 腹いっぱい 満腹するまで食べたいところですが
この 腹7分目にすると 長寿スイッチが入るとかで 体のためにも 長生きするためにも
とても良いことなんだそうです

これは良いことだと 私自身も心がけてはいるのですが さてどの位食べれば腹7分になるのやら
よくわからないところが ご愛敬
まあ 食べ過ぎないようにしろということですね
とりあえず 健康で長生きが目標ですので!

