

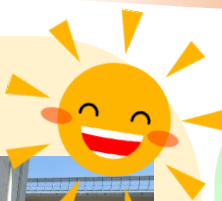
認知症対応型

カルチャースクールひだまり教室♥デイサービスひだまり

〒424-0111 静岡市清水区吉原1731
TEL054-343-0155 FAX054-343-0165
社会福祉法人 吉原福祉会
特別養護老人ホームこもれび
デイサービスセンターひだまり

4月

ポカポカ陽気は外に出よう



日光浴の効果



ビタミンDが生成され骨が丈夫になることは皆さんご存知かと思います。
カルシウムの吸収、骨の成長、健康維持に大きな働きをします。
その他にも免疫向上、脳の活動を引き起こし、体内時計の調整を行います。
ストレス解消や不眠症にも効果的♡良いことだらけですね！
日光浴に出た日は体が疲れます。ただ太陽を浴びているだけなのに
普段日光に当たることの少ない私達だからこそ敏感なのかもしれないで
すね。吉原の空気を吸って長寿を目指そう！！

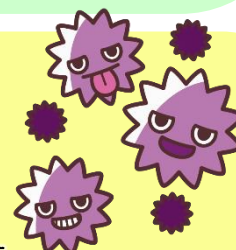
コミュニティ



4時間目、日替わりで楽しいゲーム
や脳トレを行います。
周りとのコミュニケーションを大切
にして「友達作りのお手伝い」をさ
せていただきます。
顔見知りが増えると、安心して過
せる場所にも繋がりますね。
思いっきり笑って過ごしましょう！



新型コロナウイルス感染症



世界的に大流行の新型コロナウイルス感染症・・・
送迎前の検温や、数多い換気やマイク使用の自粛
数少ないマスクをほとんどの方がしてくれま
す。ご協力本当にありがとうございます。

おかげさまで体調を崩す方もなく営業することができています。
今、ひだまり教室でできる事を精一杯やるつもりでいます。
ご利用者様、ご家族様の健康をお祈りいたします。