つどい通信
５月号

2021年　5月　8日発行　第75号

地域密着型通所介護
ニッケつどい　犬山

犬山市
大字羽黒字古市場１４８－１

TEL０５６８－６８－６２１２

５月に入り、爽やかな風が吹いて気持ちの良い季節になりました。ゴールデンウイークも、つどいにはいつもの皆さんが来て下さっています。さあ！今日はお散歩に行こうかな♪それともゲームで盛り上がろうか？毎日賑やかな声が聞こえています。もちろん、手洗いやマスクの着用も忘れず続けて下さっています。ありがとうございます。

先月からの皆様のご様子をお伝えします。お誕生日会、端午の節句「鯉のぼり」作りなどがありました。

お散歩

お天気の良い日。お散歩に出掛けました。あちこちでお花がきれいに咲いています。

つどいのお花畑

つどいのベランダにはたくさんお花が植えてあります。お花を見ながらおやつを食べたり楽しい時間です。

日光浴で病気を予防

日光浴をすることで、体内でビタミンDが作られます。ビタミンDはカルシウムのバランスを整え、骨の健康を保つ効果があり骨粗鬆症の予防になります。また、認知症になるリスクを半減するといわれています。膵臓からのインスリンの分泌を促す効果もあり、糖尿病の予防にもなるそうです。まさに良いこと尽くめ！

お誕生日

いつも笑顔でスタッフのお手伝いをして下さっています。ありがとうございます。

創作レク　鯉のぼり

色画用紙を丸めて、鯉のぼりの形にしました。彩りを考えるのも楽しく、素敵な鯉のぼりが出来ました。

日頃のご様子

少人数で家庭的な雰囲気の中で皆さん和気あいあい、レクリエーションや体操、脳トレを楽しんでおられます。

輪の中にお手玉を投げます。簡単なようで難しい⁉

新聞棒を使った体操です。

NIKKE Group