

あすか苑便り

第89

号



彩豊かなちらし寿司、すてきですネ!



発行元

地域と共に歩む福祉サービス

あすか苑 デイサービスセンター
長野県 上田市 前山397番地8

☎ 0268 (39) 2943

“インフルエンザが猛威を振るっています。ご注意ください!”

全国的に“インフルエンザの流行期”に入り、残念ながら長野県下において上田市がもっとも患者数の多い市区町村となってしまいました。(令和6年12月22日現在)

学生さんの間で、学校間を通じて蔓延し、更には学生さんを介して家族間に広がるのみならず、会社等の職場でも感染が流行しているようです。

皆さん、ワクチンの接種により、罹患しにくくする事や軽症に留めるよう努める事もできますので、ワクチン接種をご検討されるとよろしいかもしれません。また、以下の事にも努めましょう!

1. こまめな手洗い・うがい
2. よく休み、栄養摂取に努める
3. 不要不急の外出を控える

活動状況
報告

先月号の予告のとおり、
“創造館展示物”鑑賞ドライブ
に出かけました。また、
“独鈷館展示物”鑑賞ドライブ
にも出かけました。
どうぞ芸術鑑賞の様子をご覧ください。

わあ…



独鈷館の色鮮やかな折り紙の数々、まさに芸術作品です!



創造館の色鮮やかな和風の数々、目にも鮮やかです!

2025年1月の主な行事予定

1 カルタ取りや壁画作りに励みます！

冬…それは寒々しく、「活動したくないなあ…」

と思わせるものがあります。

あすか苑では、毎年、冬ならではの楽しみの一時を過ごすようにしています。

カルタ取りや壁画作り…他にもまだまだ…！



写真は、昨年のカルタ取りの様子写真です。あっ！？それ、お手つきです！

2 色彩豊かな季節感あふれる

“お食事作りパート5”！！！！



毎朝、氷点下の気温で、寒くていかんですね！

七草粥やお汁粉といった季節感ある

“あったか〜い” お料理作りを企画します。



写真は、あったかにゆう麵の写真です。心も体も温まります！

そうだ！鍋料理なんかもいいですね！

※ 機能訓練や体操、軽スポーツを行なっています。

当苑の看護師が機能訓練指導員として、ご利用者様お一人お一人の心身機能の状態を踏まえて、適切な機能訓練を室内にて行なっております。また、ゲーム感覚で楽しくやれるよう、軽スポーツもいたしております。

さあ、*Lets, try sports !!*



写真は、ボールを用いた下肢機能訓練の様子です。

※ 行催事の開催予定は、後日、ご利用者様にご通知申し上げます。

※ 状況によって、開催予定及び内容変更等もございますので、ご了承下さい。