



おかでい通信

令和5年

1月



あけまして
おめでとうございます

安心・安全に心掛け皆様をお迎えします
今年もよろしくお願いいたします
職員一同



2023年の始まりは岡デイ神社に初詣を行い獅子舞、神主、巫女に仮装した職員にお祓いを受けました。

神社では、お賽銭を入れ今年1年の健康を祈願をしました。

手作りのおみくじも引いてニッコリの笑顔もみれました。

今年も、利用者の皆様と一緒に色々な事にチャレンジを行い笑い声の絶えないデイサービスにしていこうと思います。



新年初日の岡富デイサービスでは、今年一年の抱負や頑張りたいことを絵馬に願いを込めて書いていただきました。

皆さんとても悩まれていましたが、健康について書かれてる方が、多かったようです。

良く食べ、良く笑い適度の運動で、楽しい毎日を送りましょう！！

皆様にとってこの一年が卵～～と良い年でありますように

ひじ・ひざあて運動

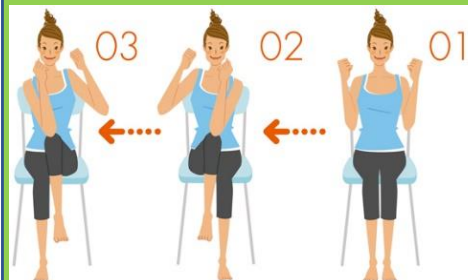
ゆっくりでよいので、まずは右ひじと右ひざ、次に左ひじと左ひざを当ててください。

出来る方は、右ひじを左ひざ次に左ひじを 右ひざに当あててください。

出来るだけひざを上げてください。

足踏み効果、体幹効果があります

転倒予防にもつながります。



書き初め

高校生ボランティアの西沢さんと一緒に書初めを行いました。

久しぶりに筆で字を書くことに戸惑いがみられましたが、西沢さんのかわいい笑顔で、楽しく書初めが出来ました。



上手く書けました



またきてね～

岡デイ看護師の ちょっと、聞いてよ～!?

新年を迎えて寒い日が続きますが皆さん
いかにお過ごしでしょうか。

新型コロナ、インフルエンザがまだまだ
増加の一方です。

手洗い うがいはもちろん食生活にきを
付けて病気を寄せ付けない身体づくりをしまし
ょう。

しっかり体を動かし、この寒い冬を乗り越
えていきましょう。



いつでもOK

体験・見学デイサービスできます

新規利用者様はもとより、回数を増やしたいなど、
お気軽にご相談下さい。

食事代 500円

一般財団法人 延岡市高齢者福祉協会

岡富デイサービス

〒882-0031

延岡市中川原町2丁目4951番地2

TEL 0982-21-8570 FAX 0982-21-8579

