



おかデイ通信

令和5年
2月

福



鬼は外!
福は内!



節分



まだまだ気温の低い日が続いていますが、
デイサービスでは毎年恒例の豆まきを行いました。

今年の豆まきは、1月末に利用者さんにオニを作って頂き、「鬼は外～！福は内～！」のかけ声で鬼退治をしました。

最後は、オニに仮装した職員と一緒に笑顔で記念撮影

たくさん笑って、身体を動かして皆さんで春がくるのを待ちましょう。



ダンボール七変化



12月



1月



2月

● 昨年末、利用者の皆さんに段ボールに色紙をちぎって貼ってもらいクリスマスツリーを作成しました。

そのツリーが1月には、門松、2月には、オニに進化しました。

これからどんな進化をするのでしょうかね☺

● 皆さん予想してみてくださいね

岡デイ
木村体操教室

体幹運動

・手すりまたは壁
にてをつきます。
背筋を伸ばし姿
勢を正します
左右の足を交互
に10回横にゆっく
りとあげます。

体幹が鍛えられ、
転倒予防にもつな
がります。



やってみよう!



岡デイ俳句・短歌の会

父さんと
カメラ担いで
散歩道

桜もち
花を見るたび
思い出す

ウグイスや
庭の木まで
高らかに

初孫よ
雛段飾り
見つめてる

● ビンゴして
うれしさを
しあわせウサギ
一位になった
またもお願い

● 夕暮れて
久々に
歌口ずさむ
花火打ち上げ
幼き頃を

● 春の庭
紅白の桜
美しく

● 久しぶり
友達にあって
楽しかり

{花粉症に注意!!}

今年最高レベルの花粉が飛ぶそうです。

花粉症の症状は

- ① 水のような「鼻水」を繰り返す
- ② 鼻詰まり
- ③ くしゃみ
- ④ 目の痒み、異物感



<予防>

① 体力が落ちた時発症しやすいので体力をつけておく事

② マスクを正しくつける

<発症した時の対処法>

- 鼻水、鼻詰まりで苦しい時
温かい蒸しタオルで鼻を温める
- 目の痒み、異物感時
目を冷やす



季節の変わり目で日中の気温差があります。
少しでも体調の変化があるときは、早めに病
院を受診しましょう。

看護師より

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。

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

