

令和4年11月号

# 東部デイサービスセンターだより



## 11月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		体重測定	体重測定	体重測定 文化の日	体重測定	体重測定
6	7	8	9	10	11	12
休館日	季節のおやつ	百寿の祝い	季節のおやつ	季節のおやつ	小グループ活動	小グループ活動
13	14	15	16	17	18	19
休館日	小グループ活動	小グループ活動	笑運動会	笑運動会	笑運動会	知的活動
20	21	22	23	24	25	26
休館日	整容 爪切り等	整容 爪切り等	整容 爪切り等 勤労感謝の日	整容 爪切り等	知的活動 ビデオ鑑賞	知的活動 ビデオ鑑賞
27	28	29	30			
休館日	知的活動 ビデオ鑑賞	知的活動 ビデオ鑑賞	知的活動 ビデオ鑑賞			

行事の予定は都合により変更することもありますので予めご了承ください。

ご都合によりお休みされる場合は前日の午後5時までにご連絡ください。

☎ 22-7772

# 秋の日差しを浴びて、お散歩しました！



# 災害時に備え、避難訓練！



皆さんに気持ちよく休んで頂けるよう  
リネン消毒を行いました



**ワンポイントアドバイス 太陽の光を目で感じる事が大事です！**  
日光浴は必ずしも屋外でやるものとは限りません。窓の近くにベッドを配置したり、日当たりの良い部屋に移動することで、太陽の光をより感じられるようになります。太陽の光を見ることで睡眠リズムが改善され、表情や活動にも影響がもたらされます。ぜひ試してみてください！

♡♡♡♡♡ あったかハートでお手伝い♡♡♡♡♡

社会福祉法人 魚津市社会福祉協議会

魚津市東部サービスセンター