

# 悠花だより

2020年5月1日発行

デイサービス悠花

住所：西東京市泉町3-15-28

電話：042-439-6415

過ごしやすい陽気となりましたが、新型コロナウイルスの影響で4月7日に緊急事態宣言が発令し、自宅で自粛されている方が多いかと思ひます。

悠花では皆様の体調や感染に注意をしながら、少しでも外の空気を感じて頂けるようにご近所へのお散歩やドライブに出掛けています。

4月は桜・菜の花・ツツジ・ハナミズキなどたくさんのお花を見ることが出来ました。

室内では皆さんで映画を見たり、体操をしたりと身体を動かしつつ、笑顔のある時間を過ごしています。

これからも新型コロナウイルスで不安な毎日が続くとは思いますが一刻も早く収束するように願って手洗いうがい等出来ることをしていきましょう。



<今月のカレンダー：バラ>

## = 今月の主な活動予定 =

\*\*\* 日程の決まっているもの \*\*\*

- 1日（金）避難訓練

## 【緊急連絡先の変更はご連絡ください】

ご利用開始時に書面にて緊急連絡先を確認させて頂いていますが、もし、電話番号などが変わった時には、ご連絡お願い致します。

## 家で出来る体操

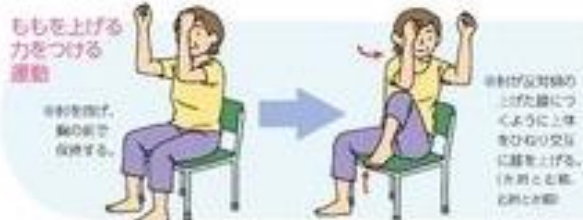
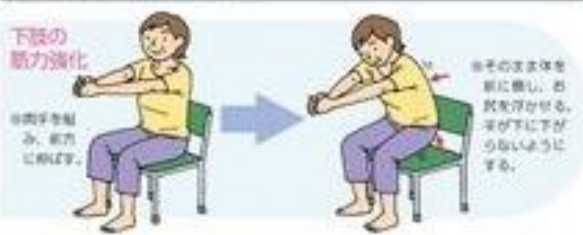
### ※ 注意事項 ※

- ・無理をしない
- ・水分補給はしっかりと

### 肩こり予防体操



### 転倒予防体操



# 4月の活動風景



散歩に行きました！



室内活動の様子

良い笑顔です☆



お誕生日おめでとうございます!!