

社会福祉法人 五十鈴会

- 3つの理念 平成13年10月23日制定
- ◆個人の尊厳を保持した豊かで楽しい生活を
 - ◆地域に根ざした拠点施設を
 - ◆生活の場としての施設づくりを



発行日 令和6年 3月
 特別養護老人ホーム五十鈴荘
 五十鈴荘編集委員会
 〒620-0324
 福知山市大江町二俣1607
 TEL 0773-56-1981
 Fax 56-1983

訪問看護ステーション いすず

運動麻痺のある足に装具をつけて歩く練習を頑張っています！
 「足首が固定されてしっかり歩けるような感じ」と
 歩くことへの不安は減っているようです^^
 最近装具の取り付けも上手になってきました🍌



思うようにいかないことも
あるけど頑張ってます！

Let's チャレンジ!

皆さん、最近身体を大きく動かす機会が減っていませんか？
 冬の寒さでさらに硬くなっている筋肉をしっかりほぐして
 軽くて動きやすい身体を取り戻しましょう♪
 椅子に座っている方もベッドに横になっている方も、
 できちゃレンジしてみまよう

背伸び

手を組んで、腕をゆっくり上に伸ばす

体側

手を上に伸ばし、手首をつかむ
ゆっくりと体を倒し体の横を伸ばす。反対も同様に

胸開き

手を後ろで組み、ひじを伸ばして肩甲骨を寄せ、胸を反らす

背中伸ばし

手を前で組み前へ手を伸ばす
おなかをのぞくように背中を丸める

肩の上げ下げ

両肩を上にあげ
ゆっくり下す

ひじ回し

ひじで円を描くように回し、肩甲骨を動かす。反対も同様に

デイサービス

新年会・絵馬作り



新年をお食事でお祝いをしました。
 また絵馬作りでは切ったり貼ったり

節分祭 おぼろ昆布の巻き寿司を『おいしいわ〜』



チョコバナナ作り

バレンタインという事で
 自分で自分にチョコバナナをプレゼント🎁



大江在宅介護支援センター

げん鬼カフェ

和やかで何気ないお話ができる場として
 大変喜んでいただいております、
 もう少して1年を迎えます。
 皆様の“元気”をいただきながら職員一同
 毎回心待ちにしております。



毎月第2木曜日 10:30~12:30
 大江駅2階 コワーキングルーム

参加費(飲み物代):お一人様100円
 お菓子は別途100円

