

青柳園デイサービスセンターだより

令和4年5月



4月のうちから夏日になったり、又、冬に戻ったり
気温の差が大きく体調を崩しやすくなっています。
心配なのはコロナウイルスばかりではありません。。。
手洗い・うがいはもちろん、栄養をしっかり摂って
適度な運動、こまめな水分補給、そしてきちんと睡眠
をとって、健康寿命を延ばしましょう。

【 5月の予定 】

2日(月)~5日(木) 体重測定

9日(月)~12日(木) 母の日週間

23日(月)~25日(水)運動会



5月お誕生日を迎える方

0人です



今年見つけた桜の名所【光風台ガーデン】。
初めてお会いした地元の方々がとても優しく
お声をかけてくださり、心置きなくお花見が
できました。また、送迎途中にあちこちの
桜の名所を巡っては、窓全開で深呼吸を
して、たくさん春を感じることができました。

