

運動会



アースデー

フリー、フリー、白組！！

フリー、フリー、紅組！！

手作り弁当



そ〜れ！！

玉入れ



1, 2, 3...

パン喰い競争



お手玉送り



白組優勝、バンザーイ！！

ぐるぐるバット
バトン送り

運命競争

紅白に分かれての運動会。皆さん、いろいろな種目に、白熱した闘いを繰り広げていました。



あゝ、目が回る。



知っておいても損はしない技

●魚の骨がのどにささったら・・・
・ご飯の丸のみなどしたらダメ！余計に深く、くいこむことになる。一時間我慢すればたいはいは取れる。一晩経っても取れない場合は病院へ。

●とげが簡単に抜ける裏ワザ・・・

・五円玉の穴を使う。完全に中に埋まった時にはすりおろした里芋を患部に塗っておくと自然に抜けてくる。

●正座でしびれた足をさりげなく戻すコツ・・・

・足がしびれたら正座の状態からまず、床に手をついて、つま先立ちをし、かかとの上にお尻を乗せる。そして、そのままの姿勢で三歩、後ずさりをする。とちゃんと立てる。

●しゃっくりをただちに止める方法とは・・・

・あばら骨の一番下の骨のあたりをトントンと軽くたたく。

11月の行事予定

※都合により変更する場合があります。

11/2 ~ 11/7	熊谷保健師の講話
11/9 ~ 11/14	運動測定
11/16 ~ 11/21	囲碁ボール
11/23 ~ 11/28	誕生日会

生活相談員より
「悪徳商法について」

厨房職員より
「知っておいても損はしない技」

看護職員より
「デイでの感染予防の取り組みについて」

「デイでの感染予防の取り組みについて」