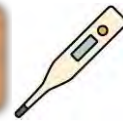




寒くなってきたこの時期に気をつけること！



気温が下がり空気が乾燥するこの時期には、ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎やインフルエンザなどの感染症が流行してきます。どちらも感染予防策は流水、石鹼による手洗いやうがいを行い、咳が出る時はマスク着用などのエチケットが大切です。もし嘔吐や発熱などの体調に異変を感じたときは早めの受診をお願い致します。併せて、皆様の感染予防の為、朝の検温(ノートに記載)、マスクの着用、手洗いの徹底も宜しくお願いします。



# さんこうデイだより



## 11月の活動の様子

ポケットボール



うちわで仰いで  
仰いで！

しっかり体操しないとね



上手に入るかな

コスモスの花大作戦  
下肢トレーニング

倒すぞ！

ガシャン！



倒したよ！

ひざ痛予防体操  
モンスターボックス

毎月、職員が体操やレクリエーションを考え、皆様と一緒に楽しく活動を行っています。これからも一緒に楽しく色々な活動に取り組めたらと思っています。

### ～年末年始休業のお知らせ～

12/29(火)～1/3(日)までお休みです。  
1/4(月)からの営業となります。  
ご迷惑をおかけしますが

ご理解の程宜しくお願いします。

～皆様には～

最近、持ち物に名前がないものも多くみられます。タオルや衣類等に名前の記入を宜しくお願い致します。

No.122  
令和2年12月号

発行  
中津市社会福祉協議会  
デイサービスセンター三光  
電話 43-6696



新聞ボール体操  
キックボウリング



## ある日の光景

師走の声が聞こえるようになった11月下旬。一足早く「ゆず湯」を楽しみました。「温まるね～。香りがいいね」と皆様、頬をほんのり紅潮させ身体も心もぽかぽかになり、大満足でした。



## の行事予定

11/30～12/5

- ・転倒予防体操
- ・コロコロころりん、上手にとってね！

12/7～12/12

- ・運動器測定
- ・呼吸機能改善体操
- ・お手玉で風船うつし

12/14～19

- ・忘年会、鍋パーティー

12/21～12/28

- ・歩行姿勢の維持改善体操
- ・ボール回し

