

日の出デイサービスセンター便り

社会福祉法人
東京蒼生会

2025年 6月号



今年のGWはいかがお過ごしでしたでしょうか？
日の出では皆様と団地のお散歩を楽しみました。



※5月の活動

春のお散歩

日の出農園



収穫ナスでカレー

※5月の郷土料理～奈良県



◀にゅうめん
◀のっぺい
◀胡瓜の梅肉和え
◀フルーツ

朗読会

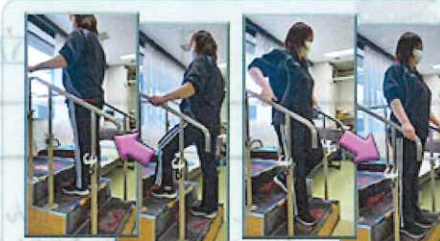


階段昇降の注意点

※適切な階段昇降方法は人によってそれぞれ異なります。必要に応じて、専門機関へご相談ください。



A



・段上へ足をそろえて昇り降りします

B



・両手で手すりをつかみ横向きで昇り降りします
・下段を確認して後ろ向きで降ります

C



・足全体が段上へ乗るように足を置きましょう

A: 一段ずつ足をそろえると昇り降りが安定します。
B: 段が高い場合や足の力に不安がある場合の方法
C: 転落転倒予防の注意点

※センターよりお知らせ

○ 衣替えはお済みですか？

だいぶ暖かい季節となってまいりました。

今年も例年より暑くなる予想ですので、衣替えがまだお済みでない方はお早めに・・・衣服を変えて上手に体温調節をしてゆきましょう。

○ ! 食中毒にご注意ください！

食べかけのお惣菜やお鍋など、台所に出っぱなしになってはいませんか？

食べたらずちに冷蔵庫に入れる・日にちの経ってしまったものは

処分するなど、食中毒にはくれぐれもご注意ください。



足立区日の出デイサービスセンター
TEL 03-3870-1121

