



特別養護老人ホーム金谷の里
ショートステイサービス金谷の里

日にち	4月の行事予定
4/2(火)・3(水) 4(木)・5(金)	お花見
4/8(月)・22(月)	近藤理容師来所
4/21(日)	誕生会

春まつり みんなで桜餅を作りました



お花見～佐久間ダム～



※ご不便をおかけしておりますが、面会制限を継続させていただきます。感染予防のご理解とご協力を引き続きよろしくお願い致します。
今年度も感染予防に努めご利用者が安心・安全に過ごせるよう努めてまいりますのでよろしくお願い致します。
なお、引き続き面会前にご連絡をいただければ幸いです。

ケアハウス ラクトピア

日にち	4月の行事予定
4/10(水)	イチゴ狩り外出
4/15(月)	喫茶「和」
4/19(金)	選択メニュー
4/19(金)	懇談会、健康教室 手作り石鹸クラブ
4/26(金)	衣料品訪問販売
4/28(日)	誕生会

きんこくの家との交流会

きんこくの家ご利用者の皆様とおしるこを頂きながら歓談しました。おしるこはおいしく、大人気でした。



お花見外出

20日(水)桜はまだまだつぼみでしたがきれいな景色を楽しみました。



誕生会

ジャグリングとアップルパイでお祝いしました。



ホームヘルプサービスセンター金谷の里

今月はめまいのお話です

めまいには"くらくら""ふわふわ""ぐるぐる"の三つの種類があります。

【くらくらは】低血圧が原因で起立時に多く起こります。

【ふわふわは】過労や睡眠不足、不安など心身の不調が原因で起こり稀に脳の病気が原因になる事もあります。

【ぐるぐるは】主に内耳の病気が原因で起こります。

めまいそのものは決して怖いものではありませんが油断は禁物です。

めまいが改善されない時、めまいと同時に激しい頭痛やろれつがまわらない、手や足のしびれや麻痺が出る場合はできるだけ早く受診をしましょう

睡眠・食事・適度な運動を心掛け元気に過ごしましょう

金谷の里フェイスブック毎日更新中!! パソコン・携帯電話から"金谷の里"で検索してみてください。

デイサービスセンター金谷の里

日にち	4月の行事予定
4/3(水)	101歳誕生祝
4/4(木)・26(金)	フットケア
4/11(木)・26(金)	健康米メニュー
4/17(水)	選択メニュー
4/18(木)19(金)20(土)	誕生会
4/22(月)	ドライブ外出
4/23(火)	郷土料理選択メニュー
4/28(日)	おやつバイキング

クラブ活動

毎月 第1・3月曜日	民謡クラブ
毎月 第1・3水曜日	手芸クラブ
毎月 第4火曜日	生花クラブ
4/5・11・22	健康体操教室
4/4・8・24	介護予防教室
毎月26日	季節の湯
散髪予定日	理容師 4/1・9 美容師 随時受付

ホワイトデー



桜まつり



毎狩り



今月の郷土料理

三重県
昼食:みそ焼きうどん
おやつ:なべ餅

デイサービスセンターきんこくの家

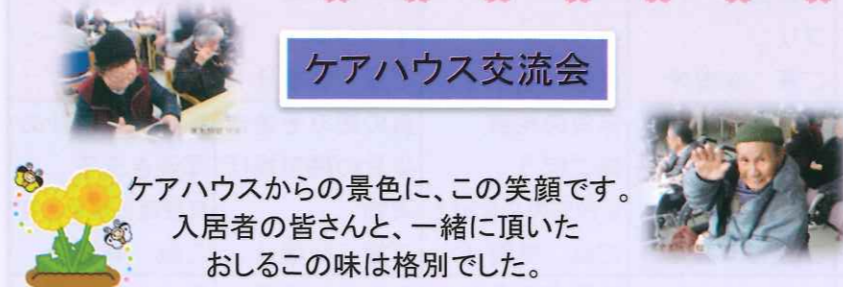
河津桜見学



分葱を沢山頂きました。皆さんの手際の良さに敬服です。

春の青空の下、鋸南町まで河津桜を見に出かけてきました。保田小学校で買い物も楽しんでいただきました。

ケアハウス交流会



ケアハウスからの景色に、この笑顔です。入居者の皆さんと、一緒に頂いたおしるこの味は格別でした。

ひな祭り

手作りのひな人形とひなあられでお祝いです。



4月の行事予定

4/2(月)	誕生会
4/15(月)	いちご狩り
4/17(水)	いちご狩り
4/22(月)	おはなし会
4/24(水)	誕生会
4/26(金)	手まり寿司
4/29(月)	誕生会
毎月第2・4金曜日	小泉先生の健康体操

都合により変更になる場合があります。