

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|---------|---------------|-----------|----------------|---|---|---|
| 1 休 | 2 体重測定 | 3 体重測定 | 4 体重測定 | 5 体重測定 | 6 体重測定 | 7 休 |
| 8 休 | 9 | 10 | 11 建国記念の日 休 | 12 | 13 | 14 休 |
| 15 休 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 休 |
| 22 休 | 23 天皇誕生日 休 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 休 |
| | | | |  |  |  |



(令和8年2月)

まなびの場

『春告鳥』これは何と呼びますか？

答えは皆様もご存じの「ウグイス」です。二月には立春、暦の上では春の始まりを告げる日となります。寒い日がまだまだ続きますが、春は間もなくやってきます。立春を迎えるにあたり、縁起の良い食べ物を食べることで、健康や幸福を願う風習があるのですが、一つご紹介いたします。

【立春大吉豆腐】

古くから『広い豆腐は邪気を払うほど靈力が宿る』と言われ、健康な体に幸福を呼び込むという意味があるそうです。

他にもありますが、昔から厄除けを願う風習においては、食べ物を通じて心と体を清め、新しい福を吹き込むという意味があるようですので、皆さんも心と体の両面から春を迎え、一年を通して健康に過ごしていただきたいと思います。

日就苑介護支援センター

篠田 恭子



自主練習の様子



男性陣でかかと上げ

筋トレ♪筋トレ♪



ご利用者様の声

前回の健康診断の結果は、C判定があったのに、今回は、一つも無かった！

(70代女性)

お願い

普段、飲んでいる薬の内容の確認の為、お薬手帳のコピーを取らせていただきたいと思います。お手数をおかけしますが、宜しくお願い致します。

退職の挨拶

雅開設から二年半、ありがとうございました。ごさいました。

開設当初は利用人数も少なかったですが、皆様のおかげで現在は多くの方にご利用いただき活気づいてきたように感じています。

皆様とリハビリをする時間は長くはありませんでしたが、元気になっていく姿や動作が良くなっていく姿を見ることができ、毎日のリハビリがとても楽しかったです。

また同時に、入院を予防するための運動の重要性を強く感じました。今後は、予防医学を推進できるような活動していきたいと思えます。釣りや豆理の祭りなどのイベントが開催される際には、ぜひ遊びに来ます。皆さん、どうか健康でお過ごしください。

理学療法士 菅原 拓夢

