

中部台ケアセンターだより

令和2年12月25日発行

特定医療法人 録三会

早いもので今年も残りわずかとなりました。本年もご利用いただきありがとうございました。中部台ケアセンター

2021年も皆様楽しんでいただけるよう努めて参りますので、

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

寒さも一段と厳しくなってきましたので、体調管理には気をつけてくださいね。



TEL (0574)23-1155

1月号

入所 クリスマス

中部台ケアセンターのサンタ達が各ユニットへ

プレゼントを届けに行きました♪

可愛いサンタのおまんじゅう!

喜んでいただけたでしょうか?



デイケア パワーリハビリ

11月よりパワーリハビリを開始しました。在宅での生活を元気に継続できるように、マシン運動を実施することで、活動量を増やし、体力、動作の維持、向上を目的としています。

多くの方が意欲的に参加してくださり、好評でした。

今後も行っていきますので

どんどん参加してくださいね。



寿司の出前



なかなか外出できず気が滅入るなか、気分転換を兼ねてお昼に出前寿司をとりました。

とても美味しそうに召し上がられ、

素敵な笑顔が見られた食事風景でした。



栄養課より



『笑う門には福来る』ということわざの通り、笑顔でいると自然と幸せがやってきます。

“笑いは人生の万能薬”とも言われています。

たくさん笑って、豊かな生活を送りましょう♪



デイケアからのお願い

- ・マスクが汚れたり紛失等があるため、予備をお持ちください。またマスクに記名をお願いします。
- ・年末に歯ブラシを持ち帰っていただきます。その際、悪くなったものは交換し、年始に新しいものをお持ちください



笑いは万能薬～笑いの効能～



脳の働きが活発に!



筋力がアップ!



自律神経のバランスが整う!



幸福感が増す!



鎮静作用で痛みが軽減!



新陳代謝が活発に!