

サンアップルホーム
 テイサービスセンター新聞



7月行事予定表

7月号

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 ゲーム	2 ゲーム	3 ゲーム	4
5	6 板柳マックスバリュートに買い物ドライブ					11
12	13 体力測定					18
19 	20 金魚ねぶた作り					25
26 納涼祭	27 	28 カラオケ				31

注目!

26日はサンアップルホーム納涼祭です



7月のお誕生日の方々です



おめでとうございます!!

- | | | | |
|---------|-----|---------|-----|
| 山本正四郎 様 | 2日 | 後藤 ツヨ 様 | 15日 |
| 佐藤ハナ子 様 | 2日 | 高谷 つせ 様 | 16日 |
| 中澤 貞衛 様 | 4日 | 三浦キヌエ 様 | 16日 |
| 藤田 シゲ 様 | 6日 | 久保田ひろ 様 | 17日 |
| 佐藤 博子 様 | 6日 | 熊谷 ひで 様 | 20日 |
| 藤田 武雄 様 | 6日 | 本田トキエ 様 | 24日 |
| 三上 キミ 様 | 12日 | 山口ナツエ 様 | 25日 |
| 須藤誠一郎 様 | 14日 | | |



HAPPY BIRTHDAY



★ ★ ★利用者さんからのメッセージ★ ★ ★

熊谷 イマ子 様



今月は、弘前市生まれの熊谷イマ子様をご紹介します。
農家に生まれた為、畑の手伝いが大変だったと話されました。一生懸命に作ったリンゴは、町内の方からの**推薦で新聞**に掲載されたとの事でした。その事は、嬉しい思い出として、残っていると笑顔で教えてくれました。

「デイサービスは、落ち込んでいる気持ちを忘れさせてくれるから、毎週来るのが楽しみ！またパワーリハビリで、体を動かすのも**大好き**です」と、楽しそうにお話してくれました。

これからも**楽しく元気に**、過ごして行きましょうね！



素敵なお笑顔
なっしー



6月の活動報告

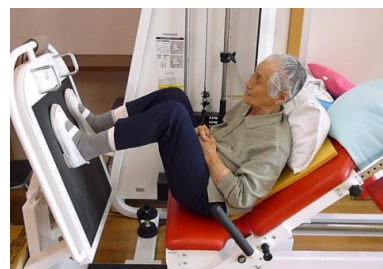
今月は、**嶽・四季彩館**へお買物に行ってきました。みずや山菜、漬物等、いろいろなものを手に取っていました。「**晩御飯のおかずにするかな**」など話され、皆さん楽しそうにお買い物されていました。

来月は七夕なので、その準備を今月末に行いました。「健康になりたい！」や「美味しい物が食べたい」など、皆さん思い思いのお願い事を込め、短冊に書いておりました。



パワーリハビリテーションのご案内

今回は、マシンの紹介をします。このパワーリハ機器を使うと、**膝の屈伸運動が簡単に出来ます**。実施していくと、椅子や床からの立ち上がりが、楽に出来る様になります。他にも、様々な効果がありますので、**試してね！！**



機種名
ホリゾンタル レッグプレス

