

平成30年
12月号



師走



年も暮れに近づき、今年も師走の時期を迎えました。それと同時に、インフルエンザの流行シーズンにもなり、体調管理を十分に行って頂きますようお願いいたします。

インフルエンザと風邪はよく似た症状がありますが、インフルエンザは38度以上の急な発熱や、頭痛・関節痛・筋肉痛・喉の痛み・咳・鼻水等急激に発症します。

『おかしいな?』と思ったらまずは早めに医療機関で受診をお願いします。



上半身ねじり、側屈をしました。腕をしっかり伸ばし、背筋もピーンと伸びるので気持ちが良いです。ボール回しは手を上下にしたり、すぐに渡したりで動きがとても良くなり身体も温まりました。



12月はあつという間の1ヶ月ですね。その中で、クリスマスはゆっくりご利用者様と楽しみたいひと時です。



わこうデイサービス河崎

〒683-0852 米子市河崎1740-10
☎0859-30-2265 / fax0859-30-2252
事業所番号 3170202323

見学・体験利用、随時行っています。
シナプロジーや空き状況の問い合わせ等
職員一同お待ちしております。