

美樹の園 第150号

だより

ふれあいの日

11月6日(日)『ふれあいの日』を開催しました。
今回は大阪経済大学の高井逸史先生をお招きし
『コロナに負けるな！フレイル（虚弱）予防講座』を
行いました。地域の方々にも参加いただき
実際に体を動かしながら、わかりやすい講演を
行っていただきました。



たかい いつし

講師 高井 逸史 先生

大阪経済大学

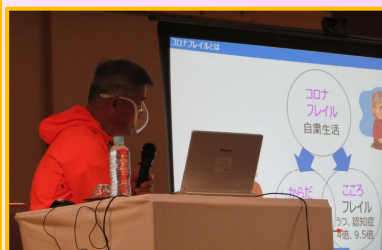
人間科学部

人間科学科 教授

理学療法士

専門理学療法士

地域包括ケア推進リーダー



<視聴方法>

- ①ホームページ、または、二次元コードを読みとって開きます。
- ②美樹の園ホームページ
ブログから下のボタンを押す。

★ ふれあいの日はこちら

又は、二次元コードを読み取る。



ここをちゃんと
押すだけで
入れます。

- ③動画を選び、合言葉を
入力すると視聴できます。

🔑 閲覧するには合言葉が必要です。

ふれあいのひ

送信

さらに今回の『ふれあいの日フレイル予防
講座』は、令和5年3月末日まで何度でも
視聴可能です！

ご自宅でも講座の動画を見ながら
体操を行えます。

自宅待機が多いこの時期、
美樹の園と一緒に
コロナに負けない身体作りに
挑戦してみませんか？



老健デイケア

11月23日(水)

夏木美衣(ナツキ ミ)歌謡ショーを
行いました。プロの歌手の歌声を
生で聴いて、皆さん喜ばれていました。



グループホーム

11月26日(土)

季節を感じる野菜や鮭を取り入れ
皆さんで役割分担し、調理をしました。
「私たちが作った料理は格別！」と
料理を堪能しました。



老人保健施設

11月26日(土)

近くの公園に紅葉狩りに
行きました。紅葉を見ながら
コーヒーを飲み、秋の景色を
満喫しました。



特養デイサービス

11月7日(月)～12日(土)

みかん狩りへ行きました。
それぞれ美味しそうな
みかんを選び摘んでいました。



秋を楽しむ

デイサービス小代

11月10日(木)

石焼き芋大会を開催！
「家で食べる焼き芋と違って
本物の石で焼いた芋は
美味しい！」と口いっぱい
頬張っていました。



クラフト・リラ

捨てるはずのペットボトルのキャップを
丸く切った布を縫ってつなげていくと、大変身！
丸くてかわいいクリスマスリースになりました☆
皆さんで教え合いながら作り、素敵な出来栄に
「軽いからいいね」「早速飾るわ」と大満足でした！



介護のご相談、この新聞の内容についてのお問い合わせ先

・特別養護老人ホーム 美樹の園

堺市南区美木多上 1277-1 TEL072-296-1222 FAX.072-296-7557

・老人保健施設 美樹の園

堺市南区美木多上 1359-2 TEL072-296-1333 FAX.072-296-8833

・グループホーム 美樹の園

堺市南区小代 414-15 TEL072-284-1555 FAX.072-296-8484



【ホームページアドレス <http://mikinonso.sakura.ne.jp/>】



発行 令和4年12月