

テレビ電話での面会を始めました



お問い合わせ

電話 01558-6-5566
平日 8:30 ~ 17:30
(祝日除く)
担当 事務職員まで
面会可能時間は平日10時~15時

「新型コロナウイルス感染症」という見えない敵との戦いに、日々尽力している皆さま、本当にお疲れ様です。当施設では毎日消毒を行い、不要不急の行動を控える等の予防を行っております。ご面会に関しても感染予防の一環で制限を行っているため、ご家族の方々には大変なご不便をおかけしている現状があります。



そこで、当施設では「タブレット端末」を使ったオンラインでの面会を5月13日よりスタートしています。予約が必要ですので、ご利用希望の方は左記にご連絡下さい。

ひかり 新聞

第124号
2020/6

介護老人保健施設
ケアステーションひかり
北海道広尾郡大樹町
字大樹10番地8
TEL 01558-6-5566
FAX 01558-6-5567
<http://koujyukai.info/>
E-mail: info-hikari@koujyukai.org



自宅でも体操をしましょう



①足上げ
左右10~20回ずつ1日3回行いましょう。
股関節~太ももの前側の筋肉を使うことで太ももと体幹の筋力が鍛えられひざ痛予防やバランス強化による転倒予防につながります。



②お尻上げ
10回ずつ1日3回行いましょう。
お尻と腰の筋肉を鍛えることで腰痛予防ができ①と同じく体幹が強くなり転倒予防にもつながります。

①、②ともに腰痛などが起きないよう痛みのない範囲でゆっくりと、息を止めずに行ってください。

新型コロナウイルス感染症の予防で外出を控えているかと思いますが、そこで今回は自宅でもできる簡単な運動を紹介いたします。テレビコマースナル中でも出来る運動なので、是非お試しください。



お花見弁当

春を感じて頂こう
と5月8日に
「お花見弁当」
を提供しました。
【メニュー】
桜ご飯
すまし汁
筑前煮
菜の花の辛子和え
いちごムース

6月は「和菓子の会」を予定しています！いつもとは違うお菓子と飲み物を準備しますのでご期待下さい。



花壇開き

恒例の花壇開きですが、今年も無事に植える事ができました。素敵なお花を見て少しでも心が癒されると嬉しいです。



永続勤続 優良従業員表彰

北海道商工会連合会長と大樹町商工会長から「永続勤続優良従業員」として、ケアステーションひかりから、7名が表彰されました。施設サービス管理課長「岩倉史拓」は勤続20年とし表彰を受けています。





自宅で「百歳のお祝い」

レめやま護法常
ぜてかし事人生今
ン作なた業の活回
トっ環°所ケのの
致た境誕〜ア基100
し似の生のポ盤歳
ました顔中日職ーを
の、装がげえ誕
イ職飾ごん続生
ラ員を自宅へては
ト心いに訪いは
をを、伺問る、
ブ込華い介当日

こつ「すT
とで早°様普
がもく新か段
大予有型らの
事防効コ多何
接な口く気
種ワナの事
できクの事
るン題学
ようをにん
に作つで
すについて
るいはま

生教ま和壇でをを
育し60に、さT
を委た°に、様
歩員°北、は
まれそ海道の、
てへ後道内、大
きた入、足の関、
方職、昭寄教西、
す、和町師の、
一教63に不中、
年移足学、
筋大住か校、
の樹さらで、
人町れ昭教、
県活

100さ
歳で先
を迎日、
え居
られ宅
まし介
た。護
いて支
いる援
業事
所業
つ所
がば

う きあちて末っを
ご100たたもい永たさ大
ざ歳いたTたくTれ樹
い本とか様だご様大町
ま当思くにけ自、変長
すにい見寄る宅こごか
！おま守りよでれ満ら
めすっ添う過か悦も
で°てい私ごらで表
と い、たしもあ彰

脳の健康教室から お知らせ

新型コロナウイルス感染予防のため、休講していた「脳の健康教室」ですが、6月より受講人数を分散して「再開」しています。今後とも宜しくお願い致します。

さくら風呂

当施設の大浴場に造花や画用紙で作った飾りで「さくら風呂」を皆様に楽しんで頂きました。

※飾りは利用者様も手伝ってくれました。感謝です。



次回は「ハッカ風呂」を企画していますので楽しみに！

いと守もにを育す
ます思りっ、楽つく
す。ったて愛しこす
てい見をみとく



いゴマ「ナ種
ますトスは
す。「」ポ
小「」ツ
松カ「ッ
菜ポキト
」チュに
をヤウ植
予「リえ
定「」今
しイ「年
てチトは

い野も暖事
ま菜あかにデ
す。のりい始イ
。苗気日めケ
達温もるア
はがあが農
順不れで園
調安ばきを
に定肌ま今
育で寒し年
つつすいたも
てが日°無

デイケア農園



大樹町
高谷ミツ子様より寄
付を頂いた「貝のキ
ーホルダー」です。



ご寄付ありがとうございます。 ございます。

大樹町 高谷 ミツ子様
貝のキーホルダー 100個
大樹町 亀田 満弘様
車椅子1台、座布団1枚、靴2足
大樹町 小林 昇様
お茶2箱
【現金のご寄付を頂きました】
大樹町 前田 昌文様