



大正琴演奏会

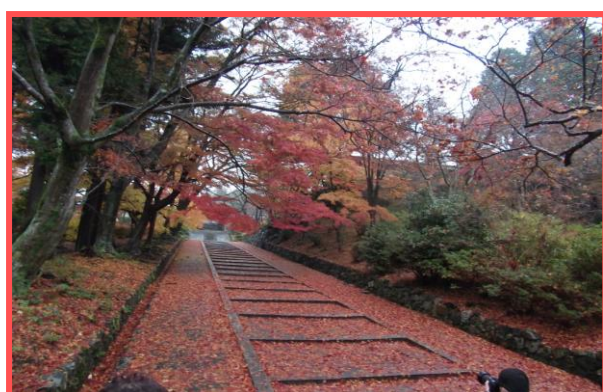
藤田先生 & 輝きたいの皆さん



11月7日(金)の午後に綾デイでは初の大正琴演奏会を開催致しました。演奏は「藤田先生 & 輝きたい」のメンバー計9名の皆様でした。大正琴の名曲はもとよりヘルマンハーブという珍しい楽器を御持参下さり、デイの利用者様にも弾かせて下さいました。素敵な演奏を聴かせていただいた上に、自分で音を出せる楽しさも味わっていただけました。「藤田先生と輝きたい」の皆様は又おいでいただける様で楽しみにしています。



紅葉ドライブ



今年も紅葉ドライブに毘沙門堂、疎水辺に行きました。毘沙門堂は特に美しく赤い紅葉が盛りで観光客の方も多く見物にいられていました。雨上がりの天気の良い時間帯を狙って実施した、今年の紅葉見物でしたが、大変印象に残る時間を過ごすことが出来ました。



11月26日はいい風呂の日

身体によいお風呂の入り方 いい湯だな

【お風呂が身体に良い理由】

① 温熱効果

お風呂に入ると体温が上昇し身体が温まります。そして毛細血管が広がり血行が良くなります。結果、老廃物や疲労物質が排出され疲労やこりが軽減されます。

② 水圧効果

お湯に浸かることで皮膚の表面に水圧がかかりマッサージの効果があります。結果、全身の血液の循環が促進されます。

③ 浮力効果

水中では浮力が働き体重が軽くなります。陸上で生活している時には重い重量を支えて緊張状態にある筋肉や関節の負担を軽くする効果があります。結果、全身のリラクセスが図れ身体が楽になります。肩までお湯に浸かった時の体重は陸上で計った時に比べてなんと9分の1になります。



気くばり 気づかい 思いやりを大切に
「ほっ」とする時間を過ごしてもらえよう
心がけています。

ご意見 ご希望などございましたら
遠慮なく お申し出下さい。

代表 大槻 均

12月レクレーション予定



風船バレー大会

今井先生によるリハビリ体操 12/13(土) 12/27(土)

クリスマス会

鍋パーティ

当センターへのご意見やご提案、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。

綾デイサービスセンター山科ご相談窓口 TEL 075(572)7528 FAX 075(572)7521