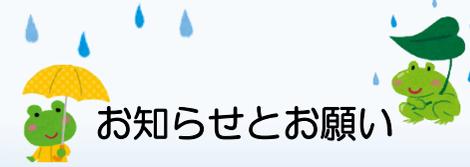




Hanazono Care Center 令和5年6月号

はなその小規模便り

農園活動



新型コロナウイルス、その他感染症防止対策として、皆様に安心してサービスを利用して頂けるように、今後も感染対策をしっかり行っていきます。

皆様にも引き続き、

- ①「ご家族様の体調・周囲の感染状況」
- ②「県外への行き来や接触」の確認を引き続き行わせて頂き、感染情報などがありましたら情報の提供・ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

鯉のぼり見学



玉ねぎの収穫



高橋稲荷神社近くの 鯉のぼりを眺めながら 川沿いを散策しました！



6月 ワンポイントリハ
今回のテーマ
「座位で出来る下肢の運動」



理学療法士
西 美幸

- ① 膝伸ばし
膝を伸ばして10秒間止める×2セット
- ② もも挙げ 20回×2セット
- ③ かかと挙げ 10回×2セット
- ④ 両もも閉じ 10回×2セット

<注意点>

- ・痛みがない範囲で行いましょう。
- ・動きを意識して、ゆっくり行いましょう。
- ・掛け声をかけるなど、息を止めずに行いましょう。
- ・運動の前には水分補給を行いましょう。

6月の行事・歳時

- ・6月1日【衣替え】
「衣替え」は、6月1日を目安に冬服から夏服へと替える風習です。
- ・毎年6月の第3日曜日【父の日】・・・2023年は6月18日(日曜日)
- ・6月21日【夏至の日】
北半球においては、一年で最も太陽の位置が高くなるので、日が昇ってから沈むまでの時間が長く「一年で最も日が長い日」としておなじみです。
- ・6月30日【夏越の祓(なごしのはらえ)】
「夏越の祓(なごしのはらえ)」とは、6月末(6月30日)に行う祓の行事。神社の境内で、茅(ちがや)という草を編んでつくられた茅の輪(ちのわ)をくぐって罪や穢(けが)れを落とすため、「茅の輪ぐり」とも呼ばれています



折り紙で 鯉のぼり 作り！！

誕生日会



母の日



今月の行事予定

- あじさい見学
- 誕生日会
- 水災害訓練

はなそのケアセンター
〒860-0072
熊本市西区花園7丁目25-23
TEL: 096-359-3399
<http://www.shunkokai.jp>

