

※コロナ対策により、発声による飛沫感染を避ける為、昼食前の口腔体操・午後の集団体操は、予め録音した音声を使い、席と席の距離を十分にとってさせていただいております。お了承ください。

森だより

No. 53 令和2年5月

リハビリスタジオ なるざの森
TEL 0776-77-2251
あわら市二面2丁目301番地



5月 行事予定

月	火	水	木	金
				1
4	5	6	7	トレー作り ラジオ体操
みどりの日	こどもの日	振替休日	ペン習字&塗り絵	
11	12	13	14	15
カレンダー作り&ラジオ体操・○×クイズ				
18	19	20	21	22
カレンダー作り&ゴゴ楽体操				
25	26	27	28	29
料理教室&DVD鑑賞				

4・5・6日は祝日の為、お休みさせていただきます。

※定員のある行事もあります。詳しくは職員までご確認下さい。

～新入職員のご紹介～

4月からなるざの森で働くことになりました。

なかがわ あゆみ
中川 歩です。

主に作業療法士として、機能訓練を担当させて頂きます！



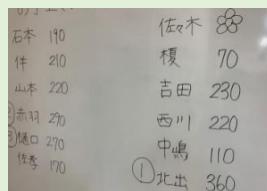
※コロナウィルス流行につき、引き続き手洗いうがいの徹底。咳エチケット。施設内でのマスク着用をお願い致します！

○楽しみながら運動機能向上○

～お手玉飛ばし～



シートをめがけてお手玉を飛ばし、合計点数を競い合うゲームです。



結果発表！
“最高記録360点！”

勝ち負けのつくゲームとなると皆さん必死でした。

○手指から脳トレーニング○

～貼り絵～



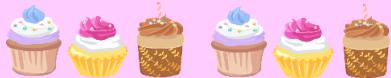
わたしは、やっぱり花より団子です。



～だるま作り～



色々な表情の
だるまが勢ぞろい
しました。



～卵蒸しパン～

材料（五個分）

- ・ホットケーキミックス 100g
- ・卵 1個
- ・砂糖 大さじ1 (9g)
- ・牛乳 大さじ2 (15g)
- ・油 大さじ1 (12g)



袋に入れて、揉むだけなので以外と簡単ですね。



どんな美味しい物になるか、楽しみです。



～調理練習～

4月20日～24日



作り方

- 1.ビニール袋に卵、牛乳、砂糖、油を入れて混ぜ合わせていく
 - 2.ホットケーキミックスを加えてまげる
 - 3.シリコンカップに半分くらいまで生地を絞り出す
 - 4.レンジで1分30秒加熱
- 爪楊枝をさして生地がくっついてこなければ完成！

3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い 密閉空間



むんむん

大勢がいる 密集場所



ぎゅうぎゅう

間近で会話する 密接場面



がやがや

厚生労働省や各都道府県の知事などが、感染拡大を防止するために「密閉空間」「密集場所」「密接場面」の3つの「密」を避けるよう、お願いをしています。

新型コロナウィルスの感染が 疑われる人がいる場合の注意点



感染者と他の同居者の部屋を可能な限り分ける



感染者の世話をする人はできるだけ限られた方に



できるだけ全員がマスクを使用



小まめなうがい・手洗い



日中はできるだけ換気をする



取っ手、ノブなどの共用部分を消毒



汚れたリネン、衣服を洗濯



ゴミは密閉して捨てる

※自分や家族に風邪の症状がある場合や、すでに新型コロナウィルスへの感染が判明していて自宅療養をする場合は、以下の点に注意してください。

感染者の症状が軽快してから14日間経過するまでは健康状態を監視することをお勧めしています。

職場や学校に行く時など外出する際はマスク着用し、こまめに手を洗ってください。

厚生労働省(日本環境感染学会とりまとめ)