

小鳥のさえずり

令和2年8月1日発行 237号
8月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
8/30	8/31	新型コロナウイルス感染症予防対策の為、 行事を縮小して予定してます。				1
2	3	4	5	6	7	8
のんきー広場	レクリエーション	のんきー広場	元気体操 買物代行	買物代行 眼科送迎		
9	10	11	12	13	14	15
のんきー広場	レクリエーション	ハッピー号 誕生会 喫茶店	元気体操 買物代行	買物 代行		
16	17	18	19	20	21	22
のんきー広場	レクリエーション	のんきー広場	元気体操 買物代行	買物 代行		
23	24	25	26	27	28	29
のんきー広場	レクリエーション	喫茶店	元気体操 買物代行	買物代行		

職員のつばやき (担当: 江口瑞穂)

先日コロナウィルス感染者が国内最多数になったと報道され、佐賀も続々とコロナウィルス感染者が増え、多久にも出てしまいました。まだまだ気が抜けない状態です。いつになったら終息してくれるのでしょうか？ストレスも溜まる一方です。皆様は何かストレス解消法はありますか？手軽に出来るストレス解消法を載せておきます①体を動かす②泣けるドラマ、映画を見る③紙をビリビリ破く④無心で掃除をする⑤大声を出す等ありますので皆様もあまりため込まず自分なりのストレス解消法を行ってみてくださいね。ちなみに私のストレス解消法は美味しいものを食べる事。とりあえず人に話を聞いてもらう事。ですかね～。あとは、1歳7か月になった息子の笑顔を見ると、疲れもストレスも吹き飛びます。

レクリエーション活動



パフェ作り



フルーツポンチ作り



月1回の出前の日です。好きなものを食べて大満足です！！



8月の誕生者紹介

おめでとうございます

- 森 静雄様
- 大塚一雄様
- 富永和子様
- 木下安子様

運動不足解消にジョイサウンドを使って体操です。



小鳥のさえずり編集担当者：岸川ひとみ・山口真澄