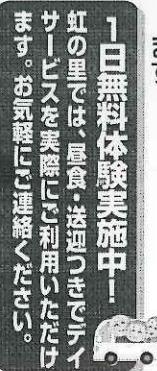


虹の里【デイサービス】のご案内～ワクチン接種が済んだら是非デイサービスへ～

（お問い合わせ先）
虹の里デイサービスセンター 虹の里担当 清水・吉村
☎ 082-824-8844
虹の里デイサービスセンター 担当 谷川・上峰
☎ 082-824-8851

（お問い合わせ先）
虹の里では、毎月2回定期的にPCR検査を行っています。また、全職員とも月に2回定期的に利用をお待ちしております。

虹の里の感染対策について
館内の換気や消毒等、衛生面の対策を小まめに実施しております。勿論、これで感染リスクが完全に無くなるわけではありませんが、虹の里のデイサービスでは、これらの感染予防策を徹底した上で皆様の利用をお待ちしております。



① 同年代の方との交流を通じて友人づくりができる、孤独感の解消につながります。
② 仲間と一緒に楽しく運動できるため、長続きもしやすく体力回復に効果的です。
③ 人と会うことで脳が活性化され、生活にハリができる、笑顔も増えます。
④ 看護師による体調確認・健康管理ができ、安心して過ごせます。お気軽にご連絡ください。

① 同年代の方との交流を通じて友人づくりができる、孤独感の解消につながります。
② 仲間と一緒に楽しく運動できるため、長続きもしやすく体力回復に効果的です。
③ 人と会うことで脳が活性化され、生活にハリができる、笑顔も増えます。
④ 看護師による体調確認・健康管理ができ、安心して過ごせます。お気軽にご連絡ください。

◎ ワクチンの接種を終えられたたら、こういった不安の解消のために「デイサービス」の利用をおすすめします！

デイサービスを利用するすると…

① 同年代の方との交流を通じて友人づくりができる、孤独感の解消につながります。
② 仲間と一緒に楽しく運動できるため、長続きもしやすく体力回復に効果的です。
③ 人と会うことで脳が活性化され、生活にハリができる、笑顔も増えます。
④ 看護師による体調確認・健康管理ができ、安心して過ごせます。お気軽にご連絡ください。



デイサービスクラブ紹介

ここでは、虹の里で実施しているクラブ活動を一部ご紹介します。

*お好きなものを選んで参加して頂けます！

【運動系】

● グランドゴルフ

…一番人気のスポーツです。屋内でも屋外でも楽しめます。



● フラダンス

…素敵なお衣装を身に纏い、軽やかな動きで無理のない運動になります。

● ヨガ

…健康な身体づくりは、まず身体の柔軟性から。

【ものづくり系】

● フラワー アレンジ

…季節の草花を用い、思いを乗せて作品にしてゆきます。



● 絵手紙

…ハガキ大の用紙に絵を描き、細やかな色使いで仕上げます。

● 工作

…季節感のある小物はインテリアにも最適です。

● ペーパークラフト

…専用の紙ひもを組み合わせ、カバンなど実用的な小物が作れます。



【その他】

● 麻雀

…和気あいあいと楽しめます。初心者向けの講座も人気です。



● 童謡唱歌

…誰もが口ずさめる童謡を、ピアノの生演奏に乗せて♪

この他にも、まだ多くのクラブがあります。

詳しくは虹の里(☎ 082-824-8844)までお気軽にご連絡ください！

虹の里のデイサービスは「好きな人と、好きなことをして、好きなものを食べて、楽しく過ごす」ことができます！

認知症予防や健康維持にも効果的な「虹の里のデイサービス」で、元気を手に入れましょう！

「人生100年時代」を楽しむためには、趣味活動や友人づくりなどを通じて、日々の生活に“生きる目的（生きがい）”を持つことが大切ですが、虹の里は参加される方が多いため、気の合う人、同じ趣味を持つ人がきっと見つかります。

普段から活発で、健康のため身体を動かすことをお好きなAさん。午前中にウォーキング、午後からはグランドゴルフを中心に、利用日は時間の許す限り運動されています。また、歌もお好きなので、時にはカラオケに参加されて自慢の声を披露し、ストレス解消にも役立てています。お友人との会話も弾み、チャーミングな笑顔が素敵な方です。

～Aさんの一日～

16：00 虹の里を出発 ありがとうございます！

16：30 自宅へ到着、また明日も楽しみましょう♪

17：00 見守り看護師から夏場の過ごし方を教わ

ります。

18：00 食後にゆっくり友人とおしゃべり

19：00 カラオケルームで十八番を披露！

20：00 美味しいお昼は、はんこ舌鼓

21：00 レイバン出るかな？

22：00 看護師から夏場の過ごし方を教わ

ります。

23：00 また明日も楽しみましょう♪

24：00 虹の里へ到着、よろしくお願ひします。

25：00 看護師による体調確認、お熱もありません。

26：00 芝生グランで気持ちよくウォーキング！

27：00 お風呂に入ります。

28：00 夜は、お風呂上がりのシャンプー

29：00 お風呂上がりのシャンプー

30：00 お風呂上がりのシャンプー

31：00 お風呂上がりのシャンプー

32：00 お風呂上がりのシャンプー

33：00 お風呂上がりのシャンプー

34：00 お風呂上がりのシャンプー

35：00 お風呂上がりのシャンプー

36：00 お風呂上がりのシャンプー

37：00 お風呂上がりのシャンプー

38：00 お風呂上がりのシャンプー

39：00 お風呂上がりのシャンプー

40：00 お風呂上がりのシャンプー

41：00 お風呂上がりのシャンプー

42：00 お風呂上がりのシャンプー

43：00 お風呂上がりのシャンプー

44：00 お風呂上がりのシャンプー

45：00 お風呂上がりのシャンプー

46：00 お風呂上がりのシャンプー

47：00 お風呂上がりのシャンプー

48：00 お風呂上がりのシャンプー

49：00 お風呂上がりのシャンプー

50：00 お風呂上がりのシャンプー

51：00 お風呂上がりのシャンプー

52：00 お風呂上がりのシャンプー

53：00 お風呂上がりのシャンプー

54：00 お風呂上がりのシャンプー

55：00 お風呂上がりのシャンプー

56：00 お風呂上がりのシャンプー

57：00 お風呂上がりのシャンプー

58：00 お風呂上がりのシャンプー

59：00 お風呂上がりのシャンプー

60：00 お風呂上がりのシャンプー

61：00 お風呂上がりのシャンプー

62：00 お風呂上がりのシャンプー

63：00 お風呂上がりのシャンプー

64：00 お風呂上がりのシャンプー

65：00 お風呂上がりのシャンプー

66：00 お風呂上がりのシャンプー

67：00 お風呂上がりのシャンプー

68：00 お風呂上がりのシャンプー

69：00 お風呂上がりのシャンプー

70：00 お風呂上がりのシャンプー

71：00 お風呂上がりのシャンプー

72：00 お風呂上がりのシャンプー

73：00 お風呂上がりのシャンプー

74：00 お風呂上がりのシャンプー

75：00 お風呂上がりのシャンプー

76：00 お風呂上がりのシャンプー

77：00 お風呂上がりのシャンプー

78：00 お風呂上がりのシャンプー

79：00 お風呂上がりのシャンプー

80：00 お風呂上がりのシャンプー

81：00 お風呂上がりのシャンプー

82：00 お風呂上がりのシャンプー

83：00 お風呂上がりのシャンプー

84：00 お風呂上がりのシャンプー

85：00 お風呂上がりのシャンプー

86：00 お風呂上がりのシャンプー

87：00 お風呂上がりのシャンプー

88：00 お風呂上がりのシャンプー

89：00 お風呂上がりのシャンプー

90：00 お風呂上がりのシャンプー

91：00 お風呂上がりのシャンプー

92：00 お風呂上がりのシャンプー

93：00 お風呂上がりのシャンプー

94：00 お風呂上がりのシャンプー

95：00 お風呂上がりのシャンプー

96：00 お風呂上がりのシャンプー

97：00 お風呂上がりのシャンプー

98：00 お風呂上がりのシャンプー

99：00 お風呂上がりのシャンプー

100：00 お風呂上がりのシャンプー

101：00 お風呂上がりのシャンプー

102：00 お風呂上がりのシャンプー

103：00 お風呂上がりのシャンプー

104：00 お風呂上がりのシャンプー

105：00 お風呂上がりのシャンプー

106：00 お風呂上がりのシャンプー

107：00 お風呂上がりのシャンプー

108：00 お風呂上がりのシャンプー

109：00 お風呂上がりのシャンプー

110：00 お風呂上がりのシャンプー

111：00 お風呂上がりのシャンプー

112：00 お風呂上がりのシャンプー

113：00 お風呂上がりのシャンプー

114：00 お風呂上がりのシャンプー

115：00 お風呂上がりのシャンプー

116：00 お風呂上がりのシャンプー

117：00 お風呂上がりのシャンプー

118：00 お風呂上がりのシャンプー

119：00 お風呂上がりのシャンプー

120：00 お風呂上がりのシャンプー

121：00 お風呂上がりのシャンプー

122：00 お風呂上がりのシャンプー

123：00 お風呂上がりのシャンプー

124：00 お風呂上がりのシャンプー

125：00 お風呂上がりのシャンプー

126：00 お風呂上がりのシャンプー

127：00 お風呂上がりのシャンプー

128：00 お風呂上がりのシャンプー

129：00 お風呂上がりのシャンプー

130：00 お風呂上がりのシャンプー

131：00 お風呂上がりのシャンプー

132：00 お風呂上がりのシャンプー

133：00 お風呂上がりのシャンプー

134：00 お風呂上がりのシャンプー

135：00 お風呂上がりのシャンプー

136：00 お風呂上がりのシャンプー

137：00 お風呂上がりのシャンプー

138：00 お風呂上がりのシャンプー

139：00 お風呂上がりのシャンプー

140：00 お風呂上がりのシャンプー

141：00 お風呂上がりのシャンプー

142：00 お風呂上がりのシャンプー

143：00 お風呂上がりのシャンプー

144：00 お風呂上がりのシャンプー

145：00 お風呂上がりのシャンプー

146：00 お風呂上がりのシャンプー

147：00 お風呂上がりのシャンプー

148：00 お風呂上がりのシャンプー

149：00 お風呂上がりのシャンプー

150：00 お風呂上がりのシャンプー

151：00 お風呂上がりのシャンプー

152：00 お風呂上がりのシャンプー

153：00 お風呂上がりのシャンプー

154：00 お風呂上がりのシャンプー

155：00 お風呂上がりのシャンプー

156：00 お風呂上がりのシャンプー

157：00 お風呂上がりのシャンプー

158：00 お風呂上がりのシャンプー

159：00 お風呂上がりのシャンプー

160：00 お風呂上がりのシャンプー

161：00 お風呂上がりのシャンプー

162：00 お風呂上がりのシャンプー

163：00 お風呂上がりのシャンプー

164：00 お風呂上がりのシャンプー

165：00 お風呂上がりのシャンプー

166：00 お風呂上がりのシャンプー

167：00 お風呂上がりのシャンプー

168：00 お風呂上がりのシャンプー

169：00 お風呂上がりのシャンプー

170：00 お風呂上がりのシャンプー

171：00 お風呂上がりのシャンプー

172：00 お風呂上がりのシャンプー

173：00 お風呂上がりのシャンプー

174：00 お風呂上がりのシャンプー

175：00 お風呂