


株式会社 ケアサポートコウセイ



デイサービス

宮路やまの湯  
月刊

# 宮路だより

秋も一段と深まり、日毎に寒さが身にしみる今日この頃です。  
体を縮こませて歩いていると、ちょっとした段差でつまずきやすい  
ので、しっかり背筋を伸ばして歩きましょうネ 

## 火の取り扱いに気をつけよう

11月9日から11月15日まで 秋の全国火災予防週間です。火災の出火原因の  
第1位<たばこ>第2位<ストーブ>第3位<コンロ>となっています。予防する  
ために以下のポイントに気をつけましょう。

寝たばこは絶対やめる

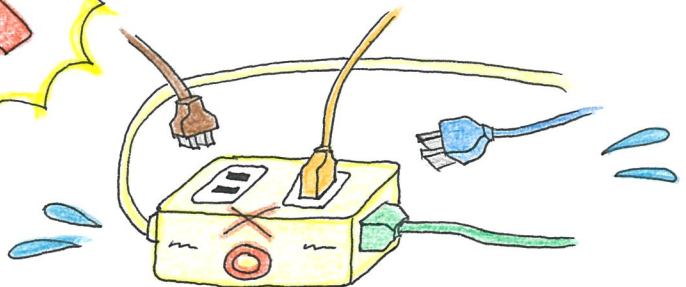
ストーブの付近には  
燃えやすい物を置かない



ストーブに給油するときは火を消す

料理をしている時はその場を  
離れず、離れる時は火を消す

電気器具は正しく使い  
たこ足配線をやめる



寒さも厳しくなり、これから暖房器具を使用する事が多くなります。  
火の取り扱いには十分に気を付けてくださいネ!!

# 10月行事紹介

〈ハッピー・ハロウィン〉



職員手作りの  
顔出しパネル  
で仮装大会!

皆さん魔法使いに  
なりきって  
ステキな笑顔です



ホウキにまたがって  
本当に  
空にも飛べそう♪  
HAPPY  
HALLOWEEN



<パン屋のボンフィセルへお買い物>



お気に入りのパンをゲットして  
ご満小苑のみなさん



<称名滝へ紅葉狩り>

お天気よくキレイでした♪



<いも堀り&  
火焼きいも>



とれたどー!



がんばって焼いています by 社長



ホクホクで  
とてもおいしいです



<宮路やまの湯6周年記念イベント  
呉羽会さんと石坂村中さんによる民謡ショー>

<避難訓練>

無事避難完了!



その後は天気もよかたので、そのまま  
外で機能訓練の体操しました。



山中節、  
越中おわら...  
たくさん披露して  
いただきました。



すてきなショー  
に皆さん  
感激  
されていました



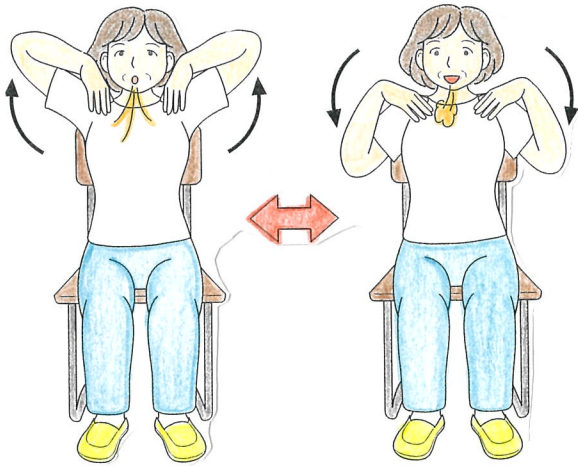
# 家でできるちょこっと運動 < 脇アイアイ >

最近寒くなって縮こまっていると肩がこってきませんか？

今回は肩こり解消大作戦をご紹介します。

- ① 親指を軽く肩にあてます。
- ② 肘を大きく上げた後、ゆっくり下げます。

肩の筋肉がほぐれ  
肩がすーと軽くなります



5~12回の反復

ここに注意 ⚠️  
息を吸いながら上げ  
吐きながら下げます。



## お知らせ

- ★ 年末年始の12月30日(土)~1月3日(水)の間、休業させていただきます。何とぞご了承賜わりたくお願い申し上げます。代替希望の方は定員に限りがありますのでお早めにご相談下さい。
- ★ 冬場の脱水分症状に気を付け、こまめな水分補給をお願いします。

株式会社 ケアサポートコウセイ

介護相談・施設見学無料! 体験随時受付中!!



デイサービス  
**宮路やまの湯**

〒930-1367 立山町宮路34-1

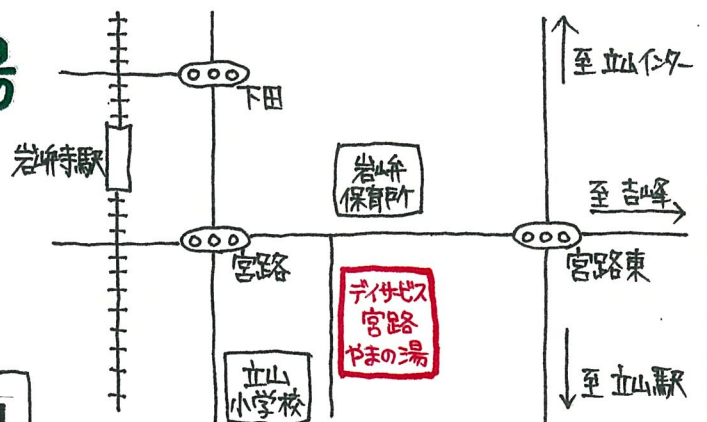
TEL 076-483-4384

FAX 076-483-4385 担当 竹内

宮路やまの湯ホームページ

<http://384yamanoyu.jp/>

最新情報やスタッフブログ  
随時更新中ですよ



お気軽にお問い合わせください  
お待ちしております!