

令和2年6月④号

(発行 令和2年6月4日)

株式会社 りらいふ

デイセンター西原たいそうくらぶ

西東京市西原町5-5-23

電話 042-452-3674

期間限定！！

西原たいそうくらぶ

通信

緊急事態宣言が解除されました。お休みされていた方の再開も増えてきましたが、職員の体調管理、国の基準に沿った消毒・換気も油断することなく継続して行きます。



皆様にも来所前の検温・マスク着用・手洗い・うがい・手指の消毒…と、引き続きご協力をお願いいたします。



〈スタッフら〜！！の趣味・好きなこと〉



(体操スタッフ)

小 森 『水・陸ウォーキング』 友人とお喋りしながらストレス発散！

山 下 『ウォーキング』 体型維持の為に毎日1万歩を目指しています。

西 田 『スポーツ』 体を動かすことなら何でも好きです。

内 野 『犬とお出掛け』 犬と一緒にの旅行には家族全員集まります。

伊地知 『大浴場』 各地の温泉や東京・埼玉の銭湯によく行きます。



(ドライバー)

染 谷 『手芸』 今までで一番頑張ったのはウエディングドレスです。

山 口 『旧車』 古い車が好きです。今の車は34年乗っています。

倉 田 『運転』 3度の食事と同じくらい運転することが大好きです。



〈フレイル(虚弱)予防 ④家族や友人との支え合い〉

孤独を防ぐためにも、家族・友人・ご近所の方々などと意識して交流をしていきましょう。

西原たいそうくらぶ もその一つです！

スタッフやお仲間と一緒に体操をして、人との交流が出来る楽しい場所となれば嬉しいです。



*** 『西原たいそうくらぶ通信』 は今後も不定期に発行していきます ***