



9月15日 しらさぎ荘 敬老会



100歳以上：5名 95～99歳：21名
当荘（通所含む）にいらっしゃいます

新城 誠
歌謡ショー



御祝膳



赤しそジュース作ってみんなで飲みました



5月に植えた赤しそがこんなに大きくなりました



長寿国：日本

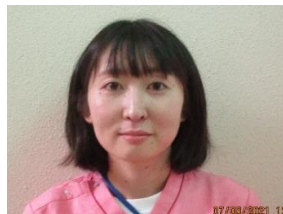
2019年、日本人の平均寿命は男性81.4歳 女性87.45歳。2045年には平均寿命が100歳に到達するとも言われています。

長生きには4つの習性があるようで・・・

- ①栄養バランス
 - ②腹八分目
 - ③有酸素運動
 - ④気持ちが前向き、ポジティブ思考
- 食生活や生活習慣を繰り返し続け、健康で楽しく過ごすことで長生きができるようです。



新 入 職 員 紹



佐藤 みづき
作業療法士の佐藤と申します。作業療法士としては4年目になります。今までの経験を生かしつつ、新しいことを学び皆様と協力して利用者様を支援できるよう頑張ります。



福田 浩子
定年退職をし、2年すぎました。しらさぎ荘に入職することになりましたが、一生懸命頑張りますので宜しくお願いします。



大野 稔
この度2階に配属になりました、看護師の大野です。どうぞよろしくお願い致します。

衣替えのお知らせ（ご家族様へ）

衣替えの季節を迎えます。利用者様の夏物の衣類を持ち帰っていただき、冬物の衣類への交換をお願いします。

