

# わおん別館だより



## ストレッチ教室

次回 12/20 開催!

### マスク着用・送迎前の体調確認のお願い

感染症拡大防止のため、当施設のご利用の際はマスクの着用、また送迎前に体温測定を行って頂き37.5℃以上の発熱や体調不良の場合、ご利用の自粛をお願いしております。体調不良等ありましたら事前に施設にご連絡ください。また現在、**感染拡大防止のため不定期で抗原検査の実施をさせていただきます**ことがございます。ご理解、ご協力いただきますようお願い申し上げます。



#### インストラクター紹介

吉川恵実

カナダでインストラクターの勉強をし、現在は全米ヨガアライアンスの認定資格も保有。介護の仕事しながらヨガ講師としても活躍中。

#### ストレッチの効果とは??

全身の筋肉を伸ばし、**基礎代謝を上げ**血液の巡りをよくします。そうすることで、**免疫力が高まり**体調を崩しにくくなります



### 養老公園

### 岐阜県庁展望台



### 手作りおやつ



今回は皆さんからご要望の多かったカラオケ大会を実施しました!また、来月も開催予定です!!

### カラオケ大会



### お千代保稲荷



### 手芸教室

今月よりスタートした手芸教室です。スタッフの保月さんが自分の趣味を活かし、皆さんと一緒に作品作りを行ってくれます!今回はお手玉サイズのうさぎの人形を皆さんで作成しました。皆さん上手に作ってくれました(^\_-)☆



12月はヘビを作成します!

## わおん別館 10の強み

1. トレーニングマシンやウォーターベッド・メドマーなどのリハビリ設備が整っている
2. 理学療法士・柔道整復師によるリハビリを提供できる
3. 温泉をイメージしたお風呂でゆっくり癒されることができる (リフト浴・個浴も完備)
4. 敷地が広く、芝生広場でグランドゴルフや、わおん畑で野菜作りなどの屋外活動ができる。使い方はアイデア次第!
5. イベントが豊富で皆様の希望をお聞きしながら毎月20項目以上の行事を用意しています。
6. カラオケルームがあるので皆さんで盛り上がることであります。
7. 明るく元気の良いスタッフが大勢います!楽しい時間を過ごしたい方にはピッタリ!
8. すぐ隣にデイサービスわおん功徳庵 (定員24名・日曜日も利用OK) がありますので、併用しながら利用ができます。
9. 食事は厨房で調理しますので、出来立ての温かい食事をご提供できます。
10. 困ったことがあればすぐに対応できる行動力。お困りの際はご連絡くださいませ。

過去のお便りはホームページでも閲覧できます!

わおん羽島 検索

