

トリム めくもい通信

2017年2月

2月は如月。寒さのために更に着物を重ねて着るので「衣更着」という説があります。

まだまだ寒い日が続きます。毎日のちょっとした工夫をして、寒い季節を乗り越えましょう。

インフルエンザも大流行していますので、

利用者様はもとより、職員も予防を徹底していきたいと思いま



ホームにも鬼がやってきました

みんなで力を合わせて鬼退治！



恵方巻き美味しく頂きました

お正月には福笑いをしました



輪ゴムリレー



カードゲーム



ヒートショックにご用心！

ヒートショックは寒い脱衣所から熱い浴槽につかった時などの急激な温度変化が原因で、失神や心筋梗塞、不整脈、脳梗塞などを引き起こしてしまう現象です。こうしたヒートショックを予防する為に脱衣所や浴室はあらかじめ温めておきましょう。シャワーで浴室を温めたり、浴槽のお湯の温度を40度以下にするなどの工夫をして下さい。浴室が冷えないよ

NPO法人九州トリム体操協会
トリムめくもいホーム

〒849-4153 佐賀県西松浦郡有田町立部乙2236-1

TEL 0955-46-2903

FAX 0955-46-4688

メール torimu@ec4.technowave.ne.jp