

サンサンサン

2023年
7月号
No.31

介護老人保健施設
ル・サンテリオンよどえ

〒689-3425 鳥取県米子市定工町佐陀2169
TEL 0859-56-4073 FAX 0859-56-4075
URL <https://www.med-wel.jp/yodoe/>
Email y_sante@med-wel.jp



サンサンウォーキング & 健康教室



6/3 (土) サンサンウォーキング (家族交流会)、健康教室を開催しました。
コロナウィルス感染症の為、施設行事ができないまま3年が過ぎ、ようやくご利用者、ご家族と一緒に行動することができる行事となりました。
当日は天候にも恵まれ、たくさんのご家族に参加して頂き、海沿いの遊歩道でのウォーキングを楽しみました。

中下先生のご挨拶で第一陣がスタートです！！



松林エリアへ
なにかが潜んでいる…

中間地点の海沿い通りまで来ると潮風が爽やかで
気持ちいいです♪



2体の恐竜に遭遇！
穏やかな恐竜とハイチーズ！

海沿いを通り、折り返し地点へ

米子市のゆるキャラ ネギ太&ネギ子と青空の下でご家族と写真撮影♪久しぶりの家族写真に皆さま笑顔いっぱいです！

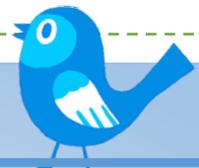


会話をしながら久しぶりにご家族とゆったりした時間を過ごすことができました！

ウォーキングの後は健康教室を開催し、作業療法士にフレイルについてのお話と自宅でも簡単にできる体操を行いました



座いながら簡単にできる棒体操でフレイル予防！！



ガーデンハウスよどえ便り

ご入居者の作品



6/10 サンサンウォーキング
in ガーデンハウスよどえ



※撮影時のみ、マスクを外しています。

施設の様子を掲載しています。ホームページQRコード →
または、『ル・サンテリオンよどえ』で検索してください。

