

デイだより

No. 288

令和2年
4月1日発行



武蔵野市立高齢者総合センター デイサービスセンター

公益財団法人 武蔵野市福祉公社

TEL : 0422-51-2933 (直通) FAX : 0422-51-1982

URL : www.fukushikosha.jp

♪ 「みんなの音楽会」を開きます♪

日時 : 4月22日 (水) 午後

場所 : 2階テイルーム

内容 : テイサービスのご利用者と楽々会のみなさまによる合同音楽会です！職員の出し物もあります。
お楽しみに♡



※コロナウィルスの影響で延期になる事があります。

富田センター長の挨拶

今年は桜の開花も早く、市内のいたるところで桜が楽しめ、通勤の楽しみになっております。きれいな花を見ているだけで、自然から元気をいただくような気持ちになります。

新型コロナウイルスの拡大により、講師の先生方・ボランティアの方々には、活動をお控えいただいております。大変ご迷惑をおかけしておりますが、デイサービスをご利用の皆様のために、今しばらくご協力の程、どうぞよろしくお願い申し上げます。この間はスタッフが心を込めてプログラムの実施を継続して参りますので、お楽しみいただければ幸いです。

令和2年度も、ご利用者の皆様に、安心してお過ごしただけよう、専門職のチームでサポートいたします！

どうぞ宜しくお願いいたします。



●ゴールデンウィークの予定●

4月29日(水)昭和の日と

5月4日(月)みどりの日は祝日ですが通常利用できます。臨時で利用希望の方はケアマネに



骨盤底筋体操で睡眠改善◎

尿漏れなどの症状がある高齢者に骨盤底筋体操を実施すると夜間の排尿回数が減少しゆっくり眠れるようになったという報告がありました。

①骨盤底筋(尿とりパッドが当たる部分)に力を含め10秒保つ。

②骨盤底筋に力を入れる、緩めるを繰り返す。

それぞれ10回ずつ繰り返すと効

異動・退職のお知らせ

★お世話になりました！

事務・小野 のり子(退職)／看護師・宮川晴子(退職)
看護師・鈴木美佐子(北町高齢者センターへ異動)



★宜しくお願いします！

看護師・田島雅子(新規採用)／介護士・谷口裕美(新規採用)

苦情・相談窓口

センター長

富田 尚美

51-2933

より良いサービス
に活かします

