

あすか苑便り

第101

号



発行元

地域と共に歩む福祉サービス

あすか苑 デイサービスセンター

長野県 上田市 前山397番地8

☎ 0268 (39) 2943

“インフルエンザが猛威を振るっています。ご注意下さい！”

全国的に “インフルエンザの流行期” に入り、残念ながら長野県下において上田市がもっとも患者数の多い市区町村となってしまいました。（令和7年12月21日現在）

昨年同様、学生さんの間で、学校間を通じて蔓延し、更には学生さんを介して家族間に広がるのみならず、会社等の職場でも感染が流行しているようです。

皆さん、ワクチンの接種により、罹患しにくくする事や軽症に留めるよう努める事もできますので、ワクチン接種をご検討されるよろしいかもしれません。また、以下の事にも努めましょう！

1. こまめな手洗い・うがい
2. よく休み、栄養摂取に努める
3. 不要不急の外出を控える

活動状況 報告

寒さ厳しくなりましたが、当苑では “社会参加” の継続を意識し、機能訓練の一環も兼ねて、外出企画を催しています。

“独鉱館” の折り紙細工展の見学に出かけてまいりました。

その情景写真をどうぞ、ご覧下さい！



酢飯をよくなじませないと…



手作りのい巻き
を作ろう！



私も作れそう…
かしら…？



溜め池の
歴史の勉強、
大事だぞ！

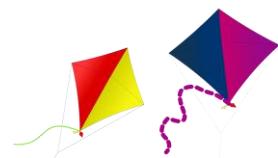


色とりどりの折り紙細工、ステキでした…溜め池の歴史展示も勉強になりました！

2026年1月の主な行事予定

1 創造館展示物鑑賞会に出かけます！

12月に入ると、創造館では毎年恒例の伝統工芸品とも呼べる大凧等のすばらしい作品が展示され、私たちの目を引いてくれます。当苑も、創造館の豊かな展示物鑑賞に出かけようと思います。



写真は、昨年の創造館での大凧展示鑑賞のご様子写真です。

2 動物ふれあい会を行ないます！

動物とのふれあいは、人の心を和ませ、落ち着かせ、気持ちを楽にしてくれます。



動物ふれあい会を行ない、心温まる一時を過ごしたいと思います。



※ 機能訓練や体操、軽スポーツを行なっています。

当苑の看護師が機能訓練指導員として、ご利用者様お一人お一人の心身機能の状態を踏まえて、適切な機能訓練を室内にて行なっております。また、ゲーム感覚で楽しくやれるよう、軽スポーツもいたしております。

さあ、*Lets, try exercise!*



写真は、ボールを用いた下肢機能訓練のご様子写真です。

※ 行催事の開催予定は、後日、ご利用者様にご通知申し上げます。

※ 状況によって、開催予定及び内容変更等もございますので、ご了承下さい。