



西嶺の郷

第242号

発行所
特別養護老人ホーム
西嶺の郷

利根郡みなかみ町西峰筑川472-1
TEL:0278-64-2430
FAX:0278-64-9255
2023年(令和5年)
5月1日発行

ふきのとうのおやき喫茶

4月5日(水)ふきのとうのおやき喫茶を行いました。昔から馴染みのある味に、皆様べろりと平らげ、会話も弾み、春を感じていただけました。



たけのご飯昼食会

4月20日(木)たけのご飯昼食会を行いました。皆様頬張って食べ、完食されていました。



今月のデイサービス



棒体操



ご利用者様の身体機能維持のため、椅子に座ってできる運動を行っています。その中でも「棒体操」は、頭の上に棒を持ち上げたり、上体を横に倒したりし、肩・背中等のストレッチを行います。また、棒を床と平行に持ち、その高さまで足を蹴り上げる事で足の筋力アップにも繋がっています。

