

4月 みづき便り

令和7年
4月号



デイサービスセンターみづき

電話 67-3099

発行 吉本由美子

3月は室内にひな人形や日本人形を飾りました。

自宅では、飾る事も少なくなり伝統行事は大切ですね。

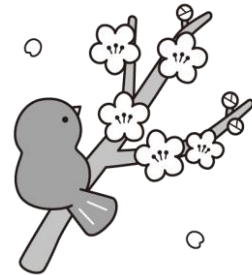
新年度もご利用者のみな様、ご家族の方々とやすらぎや

楽しい時間を共に過ごせるよう、なお一層努力いたします。

お花見も楽しみにしててください。



4月の行事



散髪サービス 4月14日(月)の週 (予約制)

※ 10日までにご予約をお願いします

誕生日会 4月15日(火) 19日(土) お楽しみに!

毎週木曜日に商工会の購買車が来ます

(商品を手に取りながら、お買い物が楽しめます)

春バテに気をつけましょう

春は季節の変わり目で、昼と夜の寒暖差が激しく、体調を崩しやすくなります。なんとなくだるい、気持ちが落ち着かない、なんとなくおめったい・・・原因は自律神経の乱れにあります。

予防のポイント↓

バランスのよい食事を心がける

入浴する

体を動かす



ということは・・・**みづきに来ることが1番の予防です！！**

