

# でいけあ一瓦版

## 10月

vol.230

介護老人保健施設エスペランサ

発行日 令和3年10月

秋も深まり、朝・夕の冷え込みに冬が駆け足で近づいて来るのを感じるこの頃ですね。昼夜の寒暖差が大きく、一年の中で最も体調を崩しやすい時季であり厳しい冬を乗り越える為の準備期間ですので、コロナ禍でもあり、ご自身でしっかりと対策をして過ごして行きましょうね。R3.9.20～9.22まで敬老会を開催致しました。写真にも掲載させて頂いてますが、皆様と一緒に氷川きよしのズンドコ節で銭太鼓をしました。リハビリの一環として、上半身を皆で楽しく動かし全員で団結して出来たのは嬉しく思っております。これからも宜しくお願い致します。

今年は、88歳米寿のお祝いの方が3人いらっしゃいました。白寿、目指して頑張りましょう。

# 祝

白寿のお祝いの方がお二人おられました！いつまでもお元気で来所して下さい

# 敬老会

今年は、扇子のプレゼントでした。色々なデザインがあり女性には人気でした。

銭太鼓

氷川きよしのズンドコ節を銭太鼓と一緒に楽しみました