

エルサだより

発行：エルサ上尾
住所：上尾市藤波3-265-1
電話番号：048-787-8686

ひなまつり



2階



ひな祭り〇×クイズ!!
皆さん一生懸命考えて
教えてくださいました。

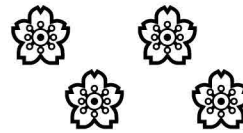
お花見&レク

通所リハビリ



今年も桜を作りました。
富士山と菜の花を追加
しました。

ふじなみデイサービスセンター



春の訪れを知らせてく
れる桜。今年も満開
です。

3階



お花をバックに
ハイチーズ!



4階

お雛様とお内裏様に変身!



運動の効果に年齢は関係ない!?

最近の研究では、運動によって老化を
抑えるだけではなく若返ることも
可能になることが分かってきました。
今からでも行動してみませんか?

リハビリ科



職員インタビュー

今回は、地域包括支援センターの目崎さんです。

現在の仕事内容は?

地域の方々のご相談に対応
させて頂いてます。

仕事で嬉しかったことは?

相談された方が、安心してきて
「ありがとう」と言って頂いた
ときです。



施設からのお知らせ

ホームページがリニューアルしました!!
随時更新してまいりますので、
ぜひ、ご覧ください。



タケノコの季節がやってきました

不溶性食物繊維が多く含まれていて、腸を刺激し、
便秘予防の効果があります! 固い部分は繊維を断
ち切るように薄く切ると柔らかくありませんよ。
この時期旬の味覚をぜひ、お楽しみください☆

栄養科より