



一日の流れ

- 7:40 朝食
- 10:00 ラジオ体操
瞑想
- 11:40 昼食
- 12:30 入浴開始
- 14:45 さるくタイム
- 15:00 おやつ
- 17:20 夕食
- 18:00 入浴終了

- ☆お茶のご利用時間☆
- 朝：7時20分～8時30分
- 昼：11時20分～12時30分
- 夕：17時～18時30分
- ☆リハビリマッサージ実施中☆
- 20分2000円

<ご面会について>

各居室内での面会を再開いたします。面会は引き続き予約制とさせていただきます。

時間：午前9時～午後4時の間で、15分以内
人数：一組2名まで。2名以上、または小さいお子様連れの場合は個別に対応いたします。

(感染対策)マスク着用と、手指消毒や換気を行いながら実施いたします。

<外出について>

・病院受診時は、マスクを着用いただき、待合室では他の方々と距離を置いて待つて頂くようお願いいたします。
また、病院から戻られた際は、新しいマスクに交換しましょう。

・公民館講座の参加や予防サービス、脳の健康教室のご利用が可能です。

・訪問系、通所系サービスのご利用が可能です。

・銀行や郵便局のご利用は必要最低限でお願いします。

・お墓参りへ行くことができます。

☆外出から戻られた際は、しっかりと手洗いをし、うがいを行い、汚れやウイルスを流しましょう。

★脚力維持にもできるだけ、毎日歩きましょう。外から戻られた際は、手洗いやうがい、杖や歩行器タイヤのアルコール消毒をお願いいたします。館内廊下を歩くのもおすすめです。

★差し入れやお洗濯物は1階事務所で受け付けます。職員へことづけていただくと、事務所へ持って参ります。ケアハウス玄関では受け渡しはおこなっておりません。

★のどの痛み・鼻水・鼻声・声かれ・腹痛・下痢などありましたら、お知らせください。また、身体が熱いと感じたら、わきの下で熱を測ってみましょう。通所ご利用や外出後の翌日は、特に体調の変化がないかご確認をお願いいたします。

☆健康診断のお願い

かかりつけの病院で健康診断をおこなっていただき、肺のレントゲン検査結果とともに、診断結果の提出をお願いします。来年2月までを提出期間といたします。ご予約はご自身でお願いします。健康診断は予約制で期日が先送りになることもあります。お早めのご予約をお勧めします。日程が決まったら、職員までお知らせください。



☆タクシーの利用について
病院受診等にタクシーの利用をお勧めしています。

西田タクシー：0120-22-0726

宇城タクシー：0120-22-0711

昭和タクシー：0120-19-0288

訪問理美容の予定

今回は12月を予定しております。

