

わかたけ南通信



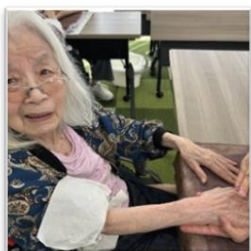
2025年9月号



足浴でリラックス



【わかたけ南美容サロン】



手のトリートメント

フェイスマッサージ



ネイルケア

アロハアリバースウクレレコンサート



～今月の庭園便り～

ムクゲ



Twitter(X)随時更新しています!!

<https://twitter.com/wakatakeminami>
ID : @wakatakeminami



編み物クラブ



生け花クラブ



◎9月お誕生日献立
お赤飯、ブリの幽庵焼き、清汁
白和え、メロン



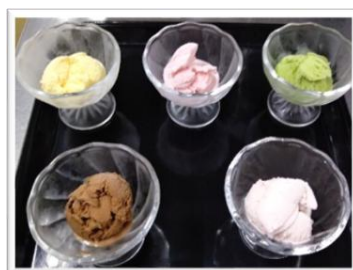
《 9月の行事 》

1階	午前中・不定期開催 各ユニット	★傾聴みなみ・お話相手
	9月2日(火) 14時・14時半	★KoKoの会 音楽療法の午後
	9月7日(日) 15時～ 多目的室	★わかたけ南美容サロン
	9月11日(木) 14時～	★お抹茶の会
	9月23日(火) 14時～	★フラダンス
2階	午前中・不定期開催 各ユニット	★傾聴みなみ・お話相手
	9月14日(日) 15時～ 多目的室	★わかたけ南美容サロン
	9月16日(火) 14時・14時半	★KoKoの会 音楽療法の午後
	9月17日(水) 14時半	★元気の出る体操
3階	9月7日(日) 15時～ 多目的室	★わかたけ南美容サロン
	9月9日(火) 14時～ 多目的室	★WITH OUT フォークソングコンサート
	9月14日(日) 15時～ 多目的室	★わかたけ南美容サロン(ショートステイご利用者様もご参加)
	9月24日(水) 13時半 多目的室	★生け花クラブ
	9月30日(火) 13時半 東町	★図工の時間(アート倶楽部)
4階	9月7日(日) 15時～ 多目的室	★わかたけ南美容サロン
	9月8日(月) 14時～ 北町	★ポコアポコの会
	9月19日(金) 14時～ 北町	★ポコアポコの会
	9月22日(月) 13時半～ 東町	★瑞穂先生歌の会
	9月28日(日) 14時 東町	★マジックショー

※行事予定は、急な変更、中止の場合もございます。ご理解ご了承をお願いします。



9月お誕生日の皆様
まことにおめでとうございます。



◎アイスクリーム食べ放題イベン
バニラ・ストロベリー・抹茶
チョコレート・あずき

今月のトピック！

足浴は部分浴の一種で、足をお湯に付ける入浴方法です。全身浴と比べて身体への負担が少なく、服を着たままでも手軽に行うことができます。身体の末端にある足を温めることで、血流改善・冷えや浮腫みの軽減をはかり、リラックス効果・安眠効果などが得られます。高齢者にお勧めの入浴方法のひとつです。

機能訓練指導員 高稲



【編集後記】

日の暮れるのが早くなってきました。いつまでも暑いのですが、季節は確実に秋のうつろいを見せているのですね。8月24日から9月14日まで4週に渡り、毎週日曜はわかたけ美容サロンでした。足浴や、手足のトリートメント等の施術に『気持ち良くて眠くなる〜』という言葉も聞こえました。足浴の効能を機能訓練指導員より聞きました(トピック参照)今後もボランティア様のお力を借りて楽しく、豊かなレクリエーションの場を提供できるように考えております。台風、ゲリラ豪雨の発生は困りますが、秋の収穫は喜ばしいものですね。猛暑のお疲れが出やすい時期ですので、皆様にはどうぞご自愛くださいませ。