

おたっしゃクラブつばさ通信

R2年5月号

5月

新茶会



事務所にもお邪魔しました。

茶娘に変身した利用者様が新茶を振る舞いました。鮮やかな緑茶の色と、お茶の甘味を味わい喜んで召し上がっていました。

自宅でできる、運動を

おすすめしています。

自主トレーニングの参加者が増えています。



肩のストレッチ



体幹を鍛える体操



膝の伸ばし体操



足指体操



太もも裏を伸ばし

お腹回りを鍛える

【営業日】月～金曜日（土、日、年末年始は除く）

【提供時間】10:00～15:10（前後30分で送迎いたします）

【対象の方】事業対象者・要支援1・2の方（ご利用には焼津市の認定が必要です）
他の施設とは、併用できません。

お問い合わせ先：下村 博美 ☎：054-656-0656 FAX：054-656-2703

