

こもれびの里通信

こもれびの里・こもれび作業所
第228号 令和6年11月1日

11月の予定

- 3日(日) 文化の日
- 4日(月) 振替休日
- 9日(土) こもれび祭
- 14日(木) インフルエンザ予防接種(通所)
- 19日(火) インフルエンザ予防接種(入所・GH)
- 27日(水) ほっとちゃん(男性棟)
- 28日(木) ほっとちゃん(女性棟・通所)



◇通所開所日のおしらせ◇

今月は開所日の予定はありません

次回の開所日は12/14(土)の予定です



看護師からひとこと

寒い季節の腰痛に気をつけましょう

朝夕冷え込むようになりました。季節の変わり目は体が激しい変化についていきません。筋肉が硬くなり、腰痛が発症、悪化する傾向があります。

- ・重いものを持ち上げる、体を捻る時の急な動作に注意
- ・同じ姿勢を長時間取り続けないようにする
- ・室温は寒すぎないように
- ・作業前や休憩時間にストレッチを行う
- ・ストレスが腰痛を発症、悪化させることもあるので考慮する



「こもれび作業所」就労継続支援B型事業所より (10月の就労や生産活動の様子です)

メンバーさんの多様な働く意欲にこたえながら、地域での活躍の場が広がるように支援をしております。



※裏面に、こもれびの里へのご意見・ご要望などを記入する欄があります。

ご意見・ご要望用紙

～皆様の声をお聞かせ下さい～



こもれびの里では、皆様からお寄せいただいたご意見等をもとに、更なるサービスの向上に努めます。どうぞ遠慮なくご意見やご要望をお聞かせください。なお、ご記入の際は匿名でも結構です。下の所定の欄に記入のうえ、切り取り線に合わせて切り取って、入り口の意見箱に入れて下さい。

キリトリ

ご記入日 令和 年 月 日

お名前

※ご記入の際は匿名でも構いません。

ご住所

お電話番号