

(1)

# 元気で～す

## ユニットの暮らし 天寿荘の場合

2-3・4ユニット

### 中庭でおやつタイム

外の風がとても気持ち良かったです。



### カラオケタイム

みんなで口ずさんで楽しみました。



3-1・2ユニット

### 貼り絵

実習に来ていた西九州大学の学生さんと一緒に貼り絵に挑戦しました。



### ホットケーキ作り



3-3・4ユニット

### お庭散歩

秋晴れの日に敷地内の庭をお散歩しました。



## 健康が一番

- 1 規則正しい生活が大切です。  
決まった時間に寝起きして生活のリズムを整えましょう。
- 2 栄養バランス良く十分にエネルギーのある食事を3食しっかり摂りましょう。
- 3 しっかりと睡眠を取りましょう。



(天寿荘ヘルパー便り 291号より抜粋)

マスク・うがい・手洗いも忘れずに!!

# ほっとらいん

天寿会だより

発行所  
 社会福祉法人  
**天寿会**  
 多久市北多久町  
 大字小侍640-1  
 TEL 0952-74-3100  
 FAX 0952-74-3137  
<http://www.tenjukai.com>  
 E-mail tenjusou@po.saganet.ne.jp

- P7 : 介護付有料老人ホーム ヴィラ梅光
- P6 : 特別養護老人ホーム 梅光園
- P5 : 特別養護老人ホーム 玄海園・グループホームつばき
- P4 : 介護老人保健施設 ケアハイツやすらぎ
- P3 : 特定施設入居者生活介護 ケアハウス大地・グループホーム大地
- P2 : 特別養護老人ホーム 天寿荘