

地域包括支援センターとよた苑

電話：(直通)0565-87-3700 (代表)0565-88-1700



外出自粛にて自宅で過ごす時間が増え
体調に不安を感じる方も多いと思います
適度な気分転換行えていますか？



6月 美里地区民生委員の皆様へ奉仕作業を行って頂きました



感染対策のもと ご利用者様が快適に過ごすことが出来るよう
ご協力いただいた皆様 ありがとうございます



今年の夏は 特に暑い



暖かい空気に覆われやすく
例年より気温が高く 猛暑になることが予想されます

「外出自粛」にて暑さに慣れにくくなっている身体へ

こまめな水分補給を忘れずに!!



コロナに 負けるな!!



予防教室やおしゃべりカフェが再開出来ない中
とよた苑で新たな取り組みを始めました

その名も...

若がえりセット

をご用意しました

簡単に
出来る
予防体操



熱中症
対策も!



脳トシで
頭リフレッシュ



体操book、脳トレーズ
お渡しいたします



美里地区限定
ご希望の方に
配布します

※数に限りがあります



自宅で楽しく行ってみませんか?

コロナに負けるな レットトライ!!

連絡先：地域包括支援センターとよた苑



☎ 87-3700 までご連絡ください

※受付の際 氏名・住所・簡単な質問等お伺いさせて
いただきます。ご了承ください