



在宅生活応援型通所サービス コモン広瀬です。

新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

2021年も新型コロナウイルスのニュースに始まり、緊急事態宣言による生活のし辛さを感じていることと思います。春から開始されると言われているワクチンに期待しつつ、日頃からの感染予防対策を根気強く徹底していかねばと思います。

一方、自粛生活での生活不活発による生活動作能力、歩行能力の低下、精神や神経の働きの低下が懸念されており、免疫力の低下にもつながります。

生活不活発の予防、改善のポイントとして

- ① 少しずつでも歩く時間を設けるなど活発に動く時間を増やすこと
 - ② 杖や装具を工夫して安全に歩ける環境を整えること
 - ③ 家事や趣味・楽しみなど、やりがいや充実感を感じられる役割や生きがい・社会参加の機会を持つこと
 - ④ 安静第一・無理は禁物と生活動作を制限してしまわず、どれくらい無理をしてはいけないのか、どれくらい・どのように動けばよいのかを確認して取り組むこと
- 以上を参考に with コロナでの在宅生活をより活発に過ごして頂けたらと思います。

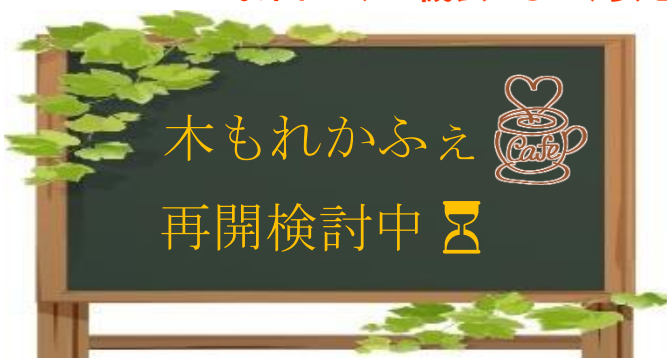
コモン広瀬の感染予防の取り組み

- ① 乗車時の検温・手指消毒
- ② 来所時の手指消毒
- ③ マスクの着用
- ④ 持続的な換気
- ⑤ 感染可能性の接触者の確認
- ⑥ 利用毎の消毒作業
- ⑦ パーテーション設置



コモン広瀬では、感染予防の徹底を心掛けております。生活の刺激のために、

お出かけの機会として、安心してご利用頂ければと思います。



コモン広瀬空き状況 (1/25 現在)

	月	火	水	木	金
午前	○	○	○	○	△
午後	△	○	◎	○	△

◎オススメ ○空きあり △要相談 ×空きなし

午前：9:00~12:05

午後 13:20~16:25