令和2年　　土谷デイサービスセンター大町

12月のカレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 重鎮ﾊﾞﾝﾄﾞ運動 ぼけない体操 送って よいしょ！ 【上肢の運動】 （マッサージ）	2 ボール体操 転ばない体操 ボーリング 【上肢の運動】 （マッサージ）	3 棒体操 ぼけない体操 寄せ鍋 ゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	4 重鎮ﾊﾞﾝﾄﾞ運動 転ばない体操 送って よいしょ！ 【上肢の運動】 （マッサージ）	5 ボール体操 ぼけない体操 力を合わせて 【上肢の運動】 （マッサージ）
6	7 棒体操 転ばない体操 ボーリング 【上肢の運動】 （マッサージ）	8 重鎮ﾊﾞﾝﾄﾞ運動 ぼけない体操 送って よいしょ！ 【上肢の運動】 （マッサージ）	9 ボール体操 転ばない体操 寄せ鍋 ゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	10 ｽﾄﾚｯﾁ体操 転ばない体操 干支作り 工作 【手先の運動】 （マッサージ）	11 棒体操 転ばない体操 旅人生 ゲーム 【脳の活性】 （マッサージ）	12 ｾﾗﾊﾞﾝﾄﾞ体操 転ばない体操 ボーリング 【上肢の運動】 （マッサージ）
13	14 ｾﾗﾊﾞﾝﾄﾞ体操 転ばない体操 干支作り 工作 【手先の運動】 （マッサージ）	15 ボール体操 転ばない体操 今年を 歌おう！ 【発声】 （マッサージ）	16 棒体操 転ばない体操 ミニ ツリー作り 【指先の運動】 （マッサージ）	17 重鎮ﾊﾞﾝﾄﾞ運動 転ばない体操 旅人生 ゲーム 【脳の活性】 （マッサージ）	18 ｽﾄﾚｯﾁ体操 転ばない体操 ミニ ツリー作り 【指先の運動】 （マッサージ）	19 重鎮ﾊﾞﾝﾄﾞ運動 転ばない体操 干支作り 工作 【手先の運動】 （マッサージ）
20	21 ボール体操 転ばない体操 今年を 歌おう！ 【発声】 （マッサージ）	22 ｽﾄﾚｯﾁ体操 転ばない体操 旅人生 ゲーム 【脳の活性】 （マッサージ）	23 Xmas & 忘年会 （マッサージ）	24 棒体操 転ばない体操 送って よいしょ！ 【上肢の運動】 （マッサージ）	25 重鎮ﾊﾞﾝﾄﾞ運動 転ばない体操 干支作り 工作 【手先の運動】 （マッサージ）	26 ｾﾗﾊﾞﾝﾄﾞ体操 転ばない体操 寄せ鍋 ゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）
27	28 ｽﾄﾚｯﾁ体操 転ばない体操 力を合わせて 【上肢の運動】 （マッサージ）	29 ｽﾄﾚｯﾁ体操 転ばない体操 送って よいしょ！ 【上肢の運動】 （マッサージ）	30 デイサービス大町 お休みです 12月30日～1月3日	31		

おしらせ

※12月23日（水）「　クリスマス　&　忘年会　」を行います。

今年は楽しいクリスマス会と忘年会を開催します。

ゲストも登場予定ですので　お楽しみにして下さいね！

お誕生日おめでとうございます

※●●様　：　リハビリ運動、作品作り、新聞折と何事も一生懸命取り組まれています。転ばないように！　これからも楽しい日々を過ごしましょう。

※●●様　：　いつも素敵な笑顔と笑い声でデイがパッ！と明るくなります。これからも笑顔の花を沢山咲かせて下さいね！

※●●様　：　いつも穏やかで、色々な事も快く手伝って下さいます。編み物などもお上手で、何にでも真剣に取り組まれる頑張り屋さんですね。これからも無理されないように、楽しく過ごして下さいね。

※●●様　：　いつも前向きにリハビリに取り組まれている姿勢が素敵です。これからも無理されないように、楽しく、お元気に過ごして下さいね！

【　体調管理にご注意を！　】

寒くなりましたね。　今年は、年末までコロナ感染ウイルスに振り回される一年になってしまいました。寒さと乾燥のこの時期は、特に要注意です！
まだまだ、油断しないで、換気・マスク・手洗い　を続けていきましょう。
また、しっかり食べて、しっかり寝て、体力が落ちるのもダメダメ･･･！
でも、食べ過ぎには注意して下さいね。体調に気をつけながら、楽しい年末を過ごしましょうね♡

11月は文化祭を開催しました

「 文化祭 」 今年のテーマは　つなぐ　です。
コロナウイルスに負けず、心をつないで、楽しく元気に過ごしましょう・・・。
皆さんが、一生懸命色とりどりの厚紙を丸めて貼って、作って下さいました。

鳴子の踊り、決まってますね

フラダンスやバケツ太鼓パホーマンス、皆さん真剣です

すすきを使ったフクロウ作り