



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 重鎮運動 卓球ボーリング 【上肢の運動】 マッサージ	3 ボール体操 宝探し 【上肢の運動】 マッサージ	4 めでたい 昭和露店芸 トシちゃん雑技団 マッサージ	5 ボール体操 だるま落とし 【上肢の運動】 マッサージ	6 重鎮運動 ワカサギ釣り 【上肢の運動】	7 お手玉 鬼は外福は内 【上肢の運動】 マッサージ
8	9 お手玉 足で寄せて！ 【下肢の運動】 マッサージ	10 ボール体操 鬼は外福は内 【上肢の運動】 マッサージ	11 セラバンド体操 だるま落とし 【上肢の運動】	12 重鎮運動 リボン体操 【上肢の運動】	13 セラバンド体操 宝探し 【上肢の運動】 マッサージ	14 ボール体操 輪投げ 【上肢の運動】 マッサージ
15	16 棒体操 ワカサギ釣り 【上肢の運動】 マッサージ	17 お手玉 ゴルフゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	18 重鎮運動 輪投げ 【上肢の運動】 マッサージ	19 セラバンド体操 鬼は外福は内 【上肢の運動】 マッサージ	20 ボール体操 宝探し 【上肢の運動】	21 重鎮運動 卓球ボーリング 【上肢の運動】 マッサージ
22	23 重鎮運動 だるま落とし 【上肢の運動】 マッサージ	24 棒体操 ワカサギ釣り 【上肢の運動】 マッサージ	25 スマイル サウンズ (演歌堂) マッサージ	26 セラバンド体操 書道 【精神統一】 マッサージ	27 重鎮運動 リボン体操 【上肢の運動】 マッサージ	28 セラバンド体操 サッカー ボーリング 【下肢の運動】 マッサージ

2月の催し・レクリエーション

※レクリエーションを予定しておりますが、その日の都合で、変更になる場合がありますのでご了承ください。

2月18日（水）： 散髪 があります。2か月に1度、有料ですが実施しております。
希望される方はスタッフまで申し付けください。申込用紙をお渡しします。

2月4日（水）： 「めでたい昭和露店芸 トシちゃん雑技団」が来て下さいます。
お一人で腹話術や手品、色んな芸を見せて下さいます。楽しみにして下さいね。

2月25日（水）： 「スマイルサウンズ」の皆さんが来て下さいます。
ドラムやフルート、ギターの演奏と共に素敵な歌を楽しんで下さい。

※ご利用日でない方も、ぜひぜひ追加でのご利用お待ちしております。

お誕生日おめでとうございます

※●●様

いつも「ありがとう」「ありがとう」と感謝の言葉を頂きます。
嬉しいです！ これからも、お元気にデイサービスに来て下さいね。

※●●様

「日本の伝統文様」の塗り絵、とてもきれいに塗られていますね。
それについて笑ってしまう楽しいお話を聞かせて下さいます。
これからも、お身体に気を付けて過ごして下さいね。

※●●様

いつも、色んなお話をして下さい、デイサービスにも慣れて来られましたね。
これからも穏やかに楽しく過ごしましょう！

※●●様

いつも穏やかに、優しい笑顔でお話しして下さい、ありがとうございます。
お孫さんの所に遊びに行かないといけないから怪我しないようにして下さいよ。
運動にも意欲的に取り組まれています、無理はしないように、
これからも笑顔で過ごしていきましょう！

今年も一年皆様が笑顔で幸せに過ごせますように♡



おしらせ

皆様、毎日寒い日が続いております。冬なので寒いのは仕方ないのですが、
とにかく乾燥状態が異常です。雨が降りません！
乾燥すると、咳をされたり、風邪をひかれたり、それとお肌の乾燥も…。
利用者様の中にも「痒い〜」「カサカサしてる」と言われる方が、結構いらっしゃいます。
肌の乾燥、侮るなかれ…。乾燥すると強い痒みから掻きすぎて、肌は傷つき、感染症や湿疹に繋がります。入浴後、出来れば清潔な状態で、保湿剤を塗って頂くと良いですね。
デイサービスで入浴される方は、ぜひ、保湿剤をご持参頂ければ幸いです。
乾燥に負けない健康な肌で元気に過ごしたいですね。

1月の皆さんの笑顔フォト



一月の壁飾りは「十二支のはじまり」今年とはどんなテーマで皆さんと一緒に作っていくのか楽しみです。



男性陣が囲碁盤を囲んで作戦会議、悩みながらも、皆さん楽しそうです。



ボランティアの皆さんです。素敵な歌とピアノの演奏を聴かせてくださいました。



皆さんの素敵な笑顔が、いっぱいです。お正月のだるまを作成しました。

