



やすらぎ通信 令和5年2月号



多可町社会福祉協議会
デイサービスセンターやすらぎ

氷点下の最低気温が続き、どこにいても寒い毎日ですが皆さんいかがお過ごしですか。「今年は降らないのかな?」と思いきや、久しぶりのドカ雪が来てビックリしましたね。あまりの積雪で道中や足元が危険なため、お休みさせて頂く日が出てしまい申し訳ありませんでした。まだ2月が始まったばかり。また積雪などで、送迎の遅れが出た場合はご了承ください。やすらぎでは、屋根から落ちてきた雪が根雪になりそうな気配ですが、室内はポカポカ暖かいですよ。ぜひ身体やお口を動かしていらして下さいね! スタッフ一同、皆さんのお越しをお待ちしております。

*誰にでも
簡単にできる
風邪予防法

首

全身の「首」を
温めよう!

足首

手首

自分の体温を
外へ逃がさないようにしましょう!

お正月遊び の様子



←お年玉(落とし玉)ゲーム

↑やすらぎ神社が出現! 皆でお参りし、今年の抱負を書きました→



↑今年は獅子舞もやって来ました! 皆の頭をかぶり!



←目隠して福笑いを楽しみました可愛くて面白い顔が出来て皆で初笑い!



節分の壁飾り



ハートのつるし飾り



↑バレンタインデーに向けて作成中! フロアに並んだ様子は3月号でご報告します



↑節分に向けて鬼の壁飾りを作り、展示しました。皆さんのお宅でも飾って下さいね!

皆様の安全を守る為、感染症予防対策を徹底してまいります。引き続き、来所時の検温やマスクの着用等、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



イベント・レクリエーション プログラムカレンダー

※予告なく変更する場合があります

午後からは、したいことを”CHOICE”(選んで)楽しんでください
★運動レクで身体機能の向上を、手作業で脳の活性化を促しましょう!

デイサービスセンターやすらぎ



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 アロマの日	2	3 アロマの日	4 アロマの日
		入浴動作体操	入浴動作体操	整容動作体操	整容動作体操
		箱玉	節分 鬼退治ゲーム		手芸・工作 お誕生日会 11日と15日生
祝 6 お誕生日 6日生	祝 7 お誕生日 3日生	8	9 アロマの日	10	祝 11 アロマの日
音楽療法の日	演奏会開催	食事動作体操	食事動作体操	コミュニケーション体操	コミュニケーション体操
掃除動作体操	掃除動作体操	細さチャレンジ	細さチャレンジ	ビー玉送り	お楽しみレク
13	14	15	16 アロマの日	17	18 アロマの日
肩こり予防体操	接骨院の先生による 転倒予防教室	更衣動作体操	更衣動作体操	洗濯動作体操	洗濯動作体操
ハート積み上げ レース	チョコレク	お楽しみレク	ビー玉送り	バケツリレー	手芸・工作
20	21	22 アロマの日	23 アロマの日	祝 24 アロマの日	25
転倒予防体操	接骨院の先生による 転倒予防教室	調理動作体操	調理動作体操	体幹トレーニング	体幹トレーニング
お楽しみレク	手芸・工作	おもしろ綱引き	大旗キャッチ	お楽しみレク	雪降ろしゲーム
27	28	<p>感染予防対策を万全にし レクを行っています</p>			
バランス機能改善 うさぎとかめ DEレース	接骨院の先生による 転倒予防教室	手芸・工作			