

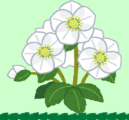


やすらぎ通信 令和5年12月号 第30号

多可町社会福祉協議会
デイサービスセンターやすらぎ

朝晩の冷え込みがより一層厳しくなり、上着が欠かせなくなってきましたね。みなさんいかがお過ごしでしょうか。11月は紅葉見学に行きました。車窓からのドライブではありましたが、久しぶりの外出。天候にも恵まれ、もみじやいちようの色づき、とてもきれいに見ることができました。普段とは違ったレクリエーションで、気分転換になったのではないのでしょうか。

さて、今年も残り1ヶ月となりました。今月はクリスマスイベントを計画しております。みなさんお楽しみに。寒さに負けず、12月も元気に過ごしましょう！！



作品づくり



毛糸を巻き付けてカラフルに仕上がりしました
←クリスマスリース作り



さつまいも
蒸しパン



おやつ作り



↑数字合わせ
1人でしたり、お友達やご夫婦で一緒に取り組まれています。1~100まであり、なかなか数字を見つけるのに苦戦します

地域交流

→杉原谷小学校マラソン大会
全員で応援がんばれ！



年末年始の営業のお知らせ

- 12/29(金) 通常営業
- 12/30(土) 特別営業(昼食後送らせていただきます)
- 12/31(日) 休業
- 1/1(月) 休業
- 1/2(火) 休業
- 1/3(水) 休業
- 1/4(木) 通常営業



12/30(土)は午前中営業します。普段ご利用の曜日でない方のご利用も可能です。まだ空気がありますので、ご相談ください。年内最後のご利用をスタッフ一同お待ちしております。



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

★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	2
				全身体操	全身体操
				後ろに投げて ホールイン	後ろに投げて ホールイン
4	5	6	7	8	9
上肢の筋トレ ペットボトル カーリング	接骨院の先生による 転倒予防教室 手芸・工作	食事動作体操 筒送り競争	食事動作体操 筒送り競争	自律神経を整える タオルキャッチ	自律神経を整える タオルキャッチ
11	12	13	14	15	16
肩痛予防体操 飛んでけ新聞紙	接骨院の先生による 転倒予防教室 手芸・工作	体幹の筋トレ ポイントゲーム	音楽療法の日 体幹の筋トレ	服薬動作体操 バランス新聞 ジェンガ	服薬動作体操 バランス新聞 ジェンガ
18	19	20	21	22	23
バランス体操 脱出ゲーム	接骨院の先生による 転倒予防教室 おやつ作り			肩痛予防体操 ポイントゲーム	バランス体操 脱出ゲーム
25	26	27	28	29	30
呼吸機能の改善 一反木綿ゲーム	接骨院の先生による 転倒予防教室 手芸・工作	掃除動作体操 取って!開いて! 宝探し	掃除動作体操 年末ジャンボ 宝くじゲーム	呼吸機能の改善 年末ジャンボ 宝くじゲーム	午前中のみ営業