



季節は秋ですね。地域や学校では秋祭りや運動会が開催されましたね。デイサービスでは祭りにちなんで、お食事メニューを”すき焼き”にしたり、”ミニ運動会”を行いました。ただ、気候はすっかり秋に…とはいかず、今年は日中の暑さが長く続き、本当に過ごしやすい秋は短くなったなあと感じます。気温の変化になかなか体がなじめず体調を崩しやすい季節かと思えます。しっかりと食事、睡眠をとって今月も元気にお過ごしただけますように！



さあ、今年も始まりました！
やすらぎ運動会♪
大玉転がしならぬ、小玉転がしで色んな大きさのボールをリレー形式で転がしていきます！さあ、紅白どちらが早いのか！！



利用者様の特技、詩吟をご披露いただきました♪
詩吟とはどういうものかという説明をしていただき、なるほど〜と勉強になりました♪



← 慎重に！頑張つて！

→ 漢詩も大きな模造紙に直筆で！



★詩吟とは？

漢詩や和歌に節をつけ表現する文芸のこと。



→ 玉入れ競争
どちらが多く入ったかな？



今月のおやつレクは『フルーチェ』を作りました。慣れた手つきで混ぜ混ぜして器に盛り付けておられました♪



バンザ〜イ♪

すき焼きのいい香り〜♪お代わりもされましたよ(´▽`)



おねがい

衣類や靴など、持ち物に名前の記入をお願いします。

※間違いや紛失を防ぐため、ご協力お願いいたします。



※予告なく変更する場合があります

デイサービスセンターやすらぎ



★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！

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 洗濯動作体操	2 洗濯動作体操
				ワキワキ攻防戦	ワキワキ攻防戦
4 風邪予防体操	5 接骨院の先生による 転倒予防教室	6 風邪予防体操	7 山登り体操	8 山登り体操	9 排泄体操
ピン倒しゲーム		ピン倒しゲーム	タケノコ狩り	タケノコ狩り	この愛を受け止めて
11 紅葉見学	12 接骨院の先生による 転倒予防教室	13 紅葉見学	14 紅葉見学	15 紅葉見学	16 紅葉見学
この愛を受け止めて		蹴っ飛ばしカーリング	蹴っ飛ばしカーリング	グラグラ傘	グラグラ傘
18 紅葉見学	19 接骨院の先生による 転倒予防教室	20 音楽療法	21 紅葉見学	22 紅葉見学	23 排泄体操
お楽しみレク			お楽しみレク	お楽しみレク	お楽しみレク
25 整容動作体操	26 接骨院の先生による 転倒予防教室	27 整容動作体操	28 掃除動作体操	29 掃除動作体操	30 いきいき百歳体操
ビン立てゲーム		ビン立てゲーム	転がし玉入れ	転がし玉入れ	新聞伸ばし