

1年で一番寒い季節になりました。つつい動くのがおっくうになり、体を動かす機会が減ってしまっているのではないのでしょうか。寒い時こそ体を動かしたり暖かい飲み物を飲んだりして体の内側から温め、寒い冬を乗り切りましょう。風邪予防や転倒予防にもいいですね！

すこやかデイサービスでは楽しみながら体を動かせるように様々なレクリエーションなどを企画していますので、しっかり運動をして元気に冬を乗り越えて下さい。

2月の行事予定

	月	火	水	木	金	土
1週目						1
						節分ゲーム
2週目	3	4	5	6	7	8
	節分ゲーム	脳トレ	音楽の会	かにくらぶ 創作	創作	脳トレ
3週目	10	11	12	13	14	15
	ハンドベル	創作	ハンドベル	懐メロ	音楽の会	ボランティア 武中舞踊教室
4週目	17	18	19	20	21	22
	懐メロ	創作	メリアロハ	脳トレ	ボランティア しのぶえ	懐メロ
5週目	24	25	26	27	28	
	創作	創作	創作	フラダンス教室	フラワーアレンジ 創作	

※予定は変更になる場合があります。その際はご了承下さい。



デイサービスのご利用中に提供された食べ物は、他の利用者様に譲らないようにお願いします。
 病気によっては体調が悪化したり、飲み込みが悪い方は窒息して命に危険が及ぶことがあります。
 また、おやつなどの持ち込みは安全上ご遠慮いただいています。トローチなどが必要な方は配慮致しますので声掛けください。



ご協力
 お願いします

お正月ゲーム



絵馬作り



ハーラウ ナーレイ クワイ ナニ

