



やすらぎ通信 令和7年2月号



第44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

寒さが本格的に厳しくなる今日この頃ですが、そんな寒さもなんのその！いつも元気に楽しくデイサービスをご利用いただきありがとうございます♪

お正月の行事で『書き初め』や『絵馬』のコーナーを設けました。それぞれ思い思いの願いや言葉を書いておられました♪皆様の願いが届きますように！



←↑それぞれの願いを込めた絵馬を飾っております。今年も健康に過ごせますように！



なに書こう？



←書き初めコーナー
皆さま、とっても達筆で、筆遣いも鮮やかです。



他の方の書き初めも参考にしながら挑戦！



ガララン♪



願いが叶いますように！



お正月の初詣
皆さま、気持ちを込めて



おやつレク

お味はいかが？



↑今回は、『おはぎ』を作りました。
あんこを包んで、きな粉を仕上げにまぶして♪
甘くておいしい〜♡



↑お正月メニュー
とろろご飯とにんじんの煮つけ、なます、炊き合わせ



※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

HAPPY VALENTINE'S DAY

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 体幹の可動域改善 コップでスルー
3 体幹の可動域改善 鬼退治	4 接骨院の先生による 転倒予防教室	5 肩が痛い人の体操 鬼退治	6 肩が痛い人の体操 鬼退治	7 呼吸リハビリ体操 一反木綿ゲーム	8 呼吸リハビリ体操 一反木綿ゲーム
10 免疫カアップ体操 グラグラ玉渡し	11 接骨院の先生による 転倒予防教室	12 免疫カアップ体操 グラグラ玉渡し	13 座位バランス改善体操 コップでスルー	14 座位バランス改善体操 この愛を受け止めて	15 尿漏れ予防体操 この愛を受け止めて
17 尿漏れ予防体操 蹴っ飛ばしカーリング	18 接骨院の先生による 転倒予防教室	19 食事動作体操 蹴っ飛ばしカーリング	20 食事動作体操 筒送り	21 整容動作体操 筒送り	22 整容動作体操 椅子サッカー
24 音楽療法	25 接骨院の先生による 転倒予防教室	26 下肢の筋トレ 椅子サッカー	27 下肢の筋トレ ピン倒しゲーム	28 嚥下リハビリ体操 ピン倒しゲーム	