

庄の里デイサービスセンター



庄の里 秋の大運動会

優勝 白組

借り人競争

職員対抗二人三脚

風船リレー

おっ、とっと、

運動会特集

ようちやー

誕生日会だよ!! 全員集合

HAPPY BIRTHDAY

バケツ回し大成功

笑

秋の文化展制作

う〜ん。 なかなか難しい

笑

芸術の秋

今年はちぎりアートに挑戦しました!

12月誕生日者

6日 應武 八重子様

9日 矢尾 俊雅 様

13日 神原 章 様

12月の予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------------------|----------------|--------------|----------------------|-----------------|-----------------|
| 31 | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | ネイルアート ゲームレク | ネイルアート ゲームレク |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | お茶会 ゲームレク カラオケ | 絵手紙 ゲームレク | 音楽レク カラオケ | 貼り絵 ゲームレク | 貼り絵 ゲームレク | 書道 ゲームレク |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | クラフト教室 ゲームレク | 健康体操教室 カラオケ | 絵手紙 ゲームレク | お茶会 ゲームレク カラオケ | クラフト教室 ゲームレク | 音楽レク カラオケ |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | 生け花 ゲームレク | 生け花 ゲームレク | 誕生日会 | 書道 ゲームレク | ボランティア | クラフト教室 ゲームレク |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | クリスマス会 | 書道 ゲームレク | 生け花 ゲームレク | 健康体操教室 | 音楽レク カラオケ | 絵手紙 ゲームレク |

目覚めたばかりの朝は身体が硬くなっています。
歩き始める前に筋肉をゆっくりとほぐして柔軟性を高め、転倒を予防しましょう☆
簡単寝たままストレッチのご紹介です↓↓
① 手首・足首をゆっくり回す ② 手足の指を握ったり開いたりする ③ 身体全体で伸びをする
④ 両膝を立て膝を左右に広げる ⑤ 両手で両膝を抱える ぜひ、お試しください!!

当日行事予定を変更する場合がございますので、ご了承下さい。