

デイサービス便り

デイサービスセンター
ラ・ポール有田
2023年12月号



～紅葉だよりに心誘われて～

今年は暖かい晩秋ですが、皆さま、お身体には十分お気を付けてください。

クレアたぐま 体操教室のご案内



一緒に身体を動かしましょう！

参加費無料です！
楽しみながらできる
運動をご提案
いたします♪



クレアたぐま食堂にて 先着10名様

12/17(日) 14:00～14:50

ストレッチ体操・転倒予防体操・機能維持訓練

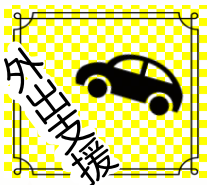


体操指導員
桑原

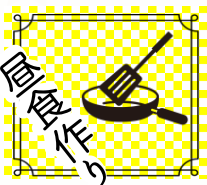
デイサービスセンター
ラ・ポール有田 管理者



12月のイベントの予定



12 /1(金) 12(火) 15(金)
18(月)～ 23(土) 年末お楽しみドライブ



12/19(火) 
太巻き&いなり寿司作り

12月は季節のスペシャルイベントが2回あります♪お楽しみに！



12/25(月) クリスマスビンゴ大会
12/29(金) 餅つき大会



11月の デイサービスの様子



レクリエーションより



11月のレクリエーションは、ラップの芯(棒)・ペットボトル・タオルなど日常生活の中にある物を使って行いました。偏った運動にならないように上肢と下肢の運動を交互に、週替わりで行いました。運動要素を取り入れたレクリエーションは、身体の部位の運動を行うだけでなく、『勝ちたい!』という競争意識で集中したり、他の方と協力して楽しく取り組むことができます。12月も“楽しいレクリエーション”をご提供いたします!

HPのQRコード



是非、ご覧ください。
 デイサービスブログは美寿總會HPに掲載しています。
 お問い合わせもお気軽に「LINE」
 担当 原・竹内 ☎0922-8522-8555

イベントより



11月は気候も良くお出かけ日和でした。外出活動では、飯盛神社の散策や紅葉八幡宮での紅葉観賞など、たくさん秋を感じることができました。秋の心地良い日差しの中、鳥の音が聞こえるなか、清々しい空気と厳かな雰囲気にもまれ、歴史を感じることができるとても趣深い活動でした。また11月の調理レクは、熊本の名産である『いきなり団子』を作りました。熊本・阿蘇産のサツマイモを使い、とても甘くて美味しいいきなり団子が出来ました♪12月もご利用者の皆様と一緒に笑顔になれる楽しいイベントを企画したいと思っています!



12月の レクリエーション

1 12/1(月)~12/2(土)
週目

目指せ高得点! ボーリング大会



2 12/4(月)~12/9(土)
週目

足で御縁をつなげよう! 輪っかリレーゲーム

3 12/11(月)~12/16(土)
週目

狙って落とせ! お手玉ホッケー

4 12/18(月)~12/23(土)
週目

しりとりにラポリンピック

5 12/25(月)~12/30(土)
週目

上手に乗せよう! 足玉ゲーム

