

# デイサービス便り

デイサービスセンター  
ラ・ポール有田  
2024年1月号

～ 寒さが身にしみるこの頃～

寒の入りを迎えました。くれぐれもご自愛くださいませ。



## 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

**1/21(日) 14:00～15:00**

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

## 1月のイベントの予定



おやつ作り

・ 1/16(火) “ 梅ヶ枝餅作り ”

あんこタップリ！  
熱々を召し上がっていただきます♪



外出支援

・ 1/9(火)～15(月)

“ 新春お楽しみドライブ ”



・ 1/19(金) 23(火) 26(金) 30(火)

“ くじ引きドライブ ”

# 12月の デイサービスの様子



## レクリエーションより



HPのQRコード



12月となり身体を動かすことが億劫な季節ですが、ご利用者様はレクリエーションを通して、日々全身の運動を行っています。今月も週ごとに、下肢・上肢の運動を交互に行いました。今月は『お手玉ホッケー』という新レクリエーションを実施しましたが初めてということもあり、皆様とても物珍しそうな表情でスタッフの準備を見ていました。お手玉を投げる動作は私たちが思っていた以上に力強く、とても驚かされました。25日はクリスマスビンゴ大会を開催し、皆様とても楽しまれていました♪

## イベントより



## 寿司



バスハイクは福岡城跡や天神といった福岡の中心地を周回しました。以前、近くに住んでいらっかった方も多く、ご家族で出かけたときの思い出や近くの観光地等の話を笑顔でされていました。また、調理レクは『助六寿司』を作りました。いなりや太巻き、細巻き等のいくつかの種類のお寿司をグループごとに協力して作りました。最後の盛付までとても丁寧に作られていたので、達成感を感じながら食べられていました。25日にはレクリエーション兼イベントとしてクリスマスビンゴ大会を行いました。来年もたくさんのイベントを企画して楽しんでいただけたらと思っています。

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 ☎092-8522-8525

# 1月の レクリエーション

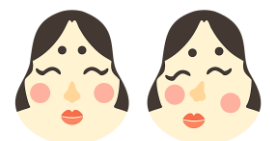
**1** 1/2(火)~1/8(月)  
週目

新春！お手玉・カルタゲーム！



**2** 1/9(火)~1/15(月)  
週目

しりとりにラポリンピック



**3** 1/16(火)~1/22(月)  
週目

新春！福笑い大会！

**4** 1/23(火)~1/29(月)  
週目

足裏で缶まっしぐら！缶転がしゲーム

**5** 1/30(火)~2/5(月)  
週目

鬼をめがけて豆まき大会！

