



朝の体操の風景



毎朝、ラジオ体操や手足のストレッチなど、約20分間身体を動かして、一日が活動的になるよう体操を行なっています。

今回はトレッキングボールを使って、上半身を中心に回旋や前後の動きを入れて、身体のストレッチを行なっています。

頭の体操の風景



体操の他に、簡単な計算問題や間違い探し、文字の書き取りなどのプリント問題を約20分間行ないます。皆さん集中して取り組まれています。

次の絵を見て()に名前を書き、しりとりを完成させましょう。

(1)

() → () → () → ()

問題の一部を載せました。上の絵を見て名前を書いてしりとりを完成させましょう。答えは次のページにあります。

看護師から



木々の枝先に小さなつぼみがたくさん、ついてきましたね。日も少しずつ長くなり、明るさもまってきました。ほんの少し寒さに丸めた背中を伸ばしてみれば、その分、春に近づけるような気がしませんか？
でも、まだまだ寒い日が多く、感染症も流行しています。うがい・手洗い・マスク・手指消毒・換気
自分で出来る感染予防対策をこれからも続けていきましょう。そして、これから少しずつ暖かくなり、「春かな？」と感じる頃、鼻や目がムズムズし出したら、花粉症かもしれません。
感染症・花粉症のどちらにも負けない身体を作るポイントは同じです。「睡眠・バランスの良い食事・適度な運動」を心掛け、デイサービスでいっぱい笑って、元気に過ごしていきましょう！(安田)

デイの1コマ

オリンピック観戦しました！



フィギュアスケートの羽生選手を応援しました。ご自分の孫を応援しているようで、観戦した後は拍手が起こり、まるでスポーツバーのように盛り上がりました！

3月の予定

日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
		レクリエーション					
6	お休み	7	8	9	10	11	
		レクリエーション					12
13	お休み	14	15	16	17	18	
		レクリエーション					19
20	お休み	21	お休み	22	23	24	
		レクリエーション					25
27	お休み	28	29	30	31		
		レクリエーション					

しりとりの答え

ひつじ
→じしゃく
→くつした
→タオル

お知らせ

朝霞地区福祉会 正規職員募集『保育士 介護職員』
令和4年4月新規学卒者も募集中！『保育士 生活支援員 介護職員』法人内の各施設におきましてもパート職員も募集しております。法人HP : <http://www.a-fukushikai.org>