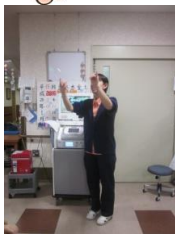




# メティコ守山デイケ



暖冬と言われている今年の冬ですが、やはり寒さが厳しくなってきました。  
皆様体調は如何でしょうか？風邪など流行っておりますので体調には気を付けて  
元気にお過ごしくださいませ。



デイケアでは現在14時20分～と15時10分～に集団体操を行なっております。  
JOYサウンドという機械を使用し職員が見本を見せながら音楽に合わせて体操を  
行なったり、椅子に座ったまま手・足を使い行なえる様々な体操を日替わりで実施  
しています。自由参加となっておりますが、皆様積極的に元気に参加して下さいませ。  
若返り体操では普段使わない顔の筋肉を使う為、少しおかしな顔をお互い笑いあったり、  
発声練習では日常では中々出す事の無い高い声や低い声・早口言葉などの練習を

行なっております。今後も楽しんで頂ける体操を  
提案していきたいと思っておりますので、皆様元気に参加  
して頂けたら嬉しいです。



2/ 8(月)～2/13(土) 選べるドリンク週間  
2/22(月)～2/27(土) 選べるドリンク週間  
2/17(水)紙芝居ボランティアひばり様



2月お誕生日の方へ

2/8(月)、2/18(木)、2/19(金)、2/24(水)を喫茶外出の予定としております。

2/17(水)『お祝い御膳』は春菊とたらこの混ぜご飯・金目鯛の塩焼き・炊き合わせ・りんご・茶そば椀です。  
利用日でない方も追加でご利用出来ますので、お気軽にスタッフへお申し付けくださいね！