

げんきね通信

12月号

発行日 令和5年 12月 1日
発行者 社会福祉法人 永寿会
雨晴苑 デイサービスセンター
高岡市太田58番地
TEL 0766-44-0604
FAX 0766-44-6686

自分でもやってみよう 自主訓練



おわらを踊ろう



その人に応じた体操方法をみつけて頂くために、上半身・下半身を使った運動を1つ1つ確認しながら行いました。

皆さん！お家でも気軽に出来る運動ばかりだったと思うので、ぜひやってみてください。



おわらの動画を見ながら、音楽に合わせて身体を動かしてみました！

手先を綺麗に動かしたり、歌を楽しそうに唄ったりと、皆さんとても楽しそうに参加しておられました。

共同作品「秋模様」

いい色の日

手作りおやつ 「コロコロアップルパイ」



農家からいただいた、りんごを使用して手作りアップルパイを作りました。「甘くてとっても美味しい！」と皆さん満足そうに召し上がっておられました。



色鮮やかな和紙をちぎり、画用紙に好きなように張り付けていただきました。



レクリエーションいろいろ



ジェスチャーゲーム



ゆず風呂



カラオケ



クリアファイル相撲





12月リフレッシュタイム予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					今月の歌と体操を覚えよう！ 「サザエさん」	
3...	4	5	6	7	8	9
	テーブル 玉入れ	輪投げ	回想法 カルタ	テーブル ペタンク	こっちに 来てね	棒体操
10	11	12	13	14	15	16
	明日天気になあれ	税 「今年の漢字を書こう！」	習字 「今年」	テーブル 玉入れ	中身は何かな？	
17	18	19	20	21	22	23
	新聞文字 探し	BOX ピンポン	言葉作り 「冬の陣」	どんどん焼き作り 脳トレプリント	重さ当て ゲーム	テーブル 玉入れ
24	25	26	27	28	29	30
	ケーキ作り 大ビンゴ大会！	物送り ゲーム	テーブル 風船バレー	缶ボーリング	年忘れ！ カラオケ大会！	
31						
大晦日	皆さん！元気で良いお年をお迎えください！					

※都合により変更の場合もありますのでご了承ください。