



1年で1番寒い2月を迎えました。節分で鬼を払うと立春ですね。暦の上では春ですが、まだまだ風は冷たく寒さが続きますので体調に気をつけて、元気にご来所ください(^^) /



恵比寿様と馬の作品



今年は60年に1度の
丙午の年ですね。



1/5 (月) 新春かるた大会を行いました。
皆さま集中し、たくさんかるたを取っていました～！



犬棒かるた



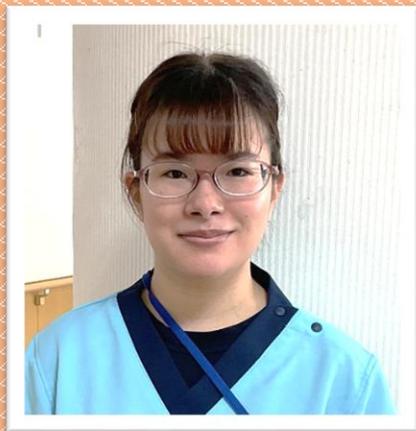
今月の予定

- ★2/2 (月) 2/17 (火) 2/28 (土) ひばりの会
- ★2/16 (月) ~ 2/21 (土) お誕生日会
- ★2/17 (火) おやつレク「おでん」



「2月生まれの皆さま、
お誕生日おめでとうございます！」

職員紹介

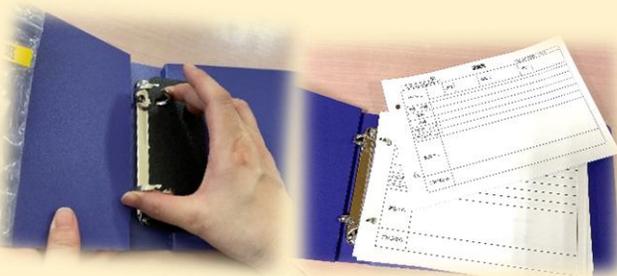


初めまして。昨年の11月から入職しました戸沢美穂（とざわ みほ）と申します。デイケアでの仕事は初めてなので、ドキドキしておりました。初日の挨拶の際、ご利用者の皆さま、職員の皆さまに、とても温かく迎えていただき安心して勤めることができました。少しでも早く仕事を覚え、そしてご利用者様と信頼関係を築けるよう頑張りたいと思います。どうぞ、よろしくお願いいたします。

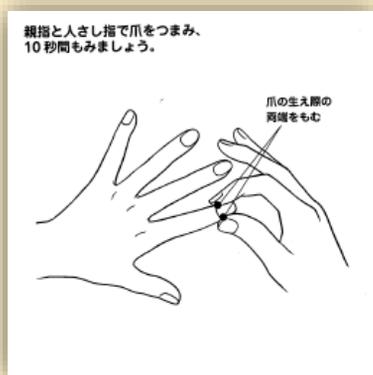
施設からのお知らせ

・連絡帳の用紙が増えてきましたら、お手数ですが古いものを外していただきますよう、ご協力お願いいたします。古い用紙の保管につきましては、ご家庭の判断にお任せいたします。

リングをひねると簡単に開きます！



・寒さにより体がこわばりやすい時期となっています。急な動作は転倒や痛みにつながる恐れがありますので、ゆっくりとした動作を心がけましょう。また、温かい飲み物を飲む、首や手首、足首を冷やさない、軽い体操などで体を温めて体のこわばりをほぐしましょう。



👉 爪の生え際の両側を揉むことで全身の血流が促進します。



👉 足指を握ったり大きく開くことで足指のこわばりが和らぎます。