のびのびオオツカ
デイ通信 1月号

TEL　７６８－１５２５
FAX　７６８－１５２６

いきいき健康教室がパワーアップしました！
今までの体操に加え、ペットボトルを使った体操が増えました。大きい筋肉から普段使わない筋肉まで刺激することができます。適度に体を動かして、メリハリのある生活を目指しましょう！

来年の干支「辰」をちぎり絵で表現しました！
ちぎり絵で文字を表現するのは難しく思いますが、完成した時の喜びはひとしおです。

クラフトバンドで門松を作りました。
皆様各パーツの配置を工夫されていました。飾りたくなる作品になりましたね♪

クリスマスにちなんだ可愛らしい作品をクラフトバンドで作りました☆

細かいところまでこだわり、
完成度の高い作品になりました。

クリスマス会を開催しました♪

おやつにはショコラマーマレードの
ケーキを召し上がっていただきました。
また、クリスマスの歌を歌い、賑やかな
雰囲気になりましたね。

のびのび茶屋ご好評です♪

野菜たっぷりスープと豆腐田楽を
作りました。田楽は利用者様からの
ご希望を取り入れました。利用者様
から焼き加減や味付けなどのアドバイス
をいただきながら作りました。

ゆず湯でほっこり♪

今年もゆず湯の季節が
やってまいりました。
柚子のさわやかな香り
を感じながらゆったり
入られていました。

1月行事予定

4～６日　正月行事
8日　いきいき健康教室
9日　ツボ押し
10日　作品作り
11日　作品作り
12日　いきいき健康教室
15日　絵手紙
17日　パステルアート
18日　いきいき健康教室
19日　書道
20日　書道
24日　いきいき健康教室
25日　アート書道
27日　いきいき健康教室
29日　ちぎり絵
30日　いきいき健康教室

←パンフレットデイ通信は
こちらから♪

新年あけましておめでとうございます。
デイ通信を担当させていただきました。
介護士の水野です。冬本番となり寒さが厳しくなってきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
のびのびでは、野菜たっぷりスープを手作りしたり、いきいき健康教室にて身体をしっかり動かしたりして、身体の芯から温まりました♪身体を温めることは免疫力アップにつながります。
心身ともに温め、新年を元気に過ごしていきましょう！！

https://otuka-kaigo.co.jp/wp/facility/nobinobi/