



No.102
平成31年4月号
発行
中津市社会福祉協議会
デイサービスセンター三光
電話 43-6696

引いてみないとわからないゲーム



あ～残念

おお～



変形性膝関節に対する体操

膝の軟骨が少しずつすり減り、歩行時痛みが出る病気です。膝を支えるための太ももの筋肉を鍛え、足全体の筋肉を鍛えていきます。真剣な表情で無理なくゆっくり行います。

おやつ作り

袋の中には長い紐、短い紐の2種類が入っていて引いてみないとわかりません。チーム戦ということもあり、紐を選ぶ手は迷います。ホールは落胆の声と、歓声で盛り上がります。



ハラハラ バランスゲーム



今週の月～水はぼたもちを、木～土はやきもちを作ります。手慣れた手つきで形を整え、あっという間に完成です。緑茶を飲みながらゆっくりとおやつ時間を。



座って行うリング体操

今回は輪投げの輪を体操に使用します。車のハンドルを握る要領で左右に振り、肩周囲の筋肉を和らげていきますが、勢いよく回しすぎ手元から離れることも。



バランスを崩さないようにどれにしようか悩みます。割り箸が倒れそうになると1度持った割り箸を手から離し、再度チャレンジ。

異動

この度、人事異動でデイサービスを離れることになりました。皆さんと過ごした7年間は私にとってかけがえのない素晴らしい日々です。沢山のことを教えて下さりありがとうございました。どうぞいつま



主任 和才 由美子

ボランティア



南高校耶馬溪校



華麗に舞う日本舞踊に、素敵な大正琴の音色。また、南高耶馬溪校の生徒さんが活動に参加し、3日間楽しく過ごします。



山茶花の会



清祥の会

5月の連休のお知らせ

5月の3日(金)・4日(土)・5日(日)はお休みとなります。

ご迷惑をおかけしますがご理解の程よろしくお祈りいたします



金太郎の壁画

ちねったの花紙やちぎった折り紙を、模造紙2枚に貼っていきます。八面山のふもとでコスモスに囲まれ笑顔に。完成品を眺める利用者様も笑顔になります。



4月行事予定

- 4/1～4/6 …桜の花見物
- 4/8～4/13 …運動器測定、体重・握力測定
- 4/15～4/20 …音読・なめたらア缶ゲーム
- 4/22～4/27…身近な物を使った体操
靴下探しゲーム
- 4/29～5/4…おやつ作り 月～水…草団子
木～土…鯉のぼりロール

* 行事は都合により、変更になる事があります。