



ふれあい!

平成30年12月
 楽陽荘デイサービス
 センターだより
 281号



お買物ツアー



年末年始に

自宅で出来る体操を紹介します。

12月の行事

- ☆ クリスマス会
- ☆ 紅白歌合戦
- ☆ ピンゴ大会
- ☆ 工作
- ☆ 忘年会
- ☆ お楽しみに

12月30日(日) ~ 1月3日(木)
 は、お休みです

何を
 買おう
 かな?!

はたき体操



はたきを持ち、天井に
 向けて高く手をあげ
 大きく左右に振ります。

効果

腕の動き
 体幹の動き
 座位バランス
 筋力の向上

ふきんを持ち、こたつや
 テーブルに手を伸ばし、
 大きく左右に動かします



台拭き体操

毎日、頭の体操 計算や書写
 頑張って取り組んでいます



※楽陽荘デイサービスセンターは、これからも
 運動と笑いで、皆さまの心と体を温めます。
 職員一同、皆さまのお越しをお待ちしております。
 ご利用の際は、お気軽にお問い合わせ下さいませ。

※ショートステイのご利用や居宅支援のご依頼も
 受け付けておりますので、いつでもご相談下さい。

楽陽荘デイサービスセンター
 楽陽荘居宅介護支援事業所

〒768-0040 観音寺市柞田町甲1936番地
 電話 (0875) 25-8720