

綾 デイ便り



発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2016年2月号

節分 豆まき



2月3日の特別弁当

今年の節分の日には豆まき、鬼退治、太寿司。
この3つを中心に行事を致しました。

屋食は節分の行事食でした。太巻きといなりずしをメインに、天ぷら、おそば、茶碗蒸し付きの豪華なお弁当でした。豆まきは赤鬼、青鬼を取り巻いて「鬼は外、福は内」を致しました。

節分が過ぎれば立春ですが、まだ寒い日が続きます。元気に春を迎えましょう。

寒くてもがんばっておられます！



棒倒しゲーム



今井先生によるリハビリ体操

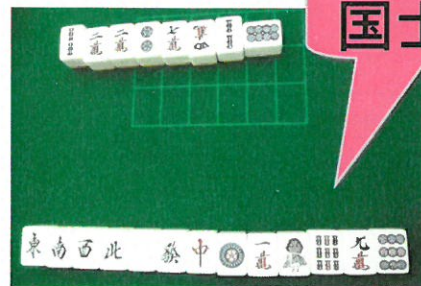
冬の間も身体や頭を使うことは大切です。綾デイの利用者様もレクを楽しんでおられます。写真はお手玉と棒を使った「棒倒しゲーム」です。結構ドキドキします。右は恒例の「今井先生のリハビリ体操」です。笑いながらも身体を動かして盛り上がります。季節の変わり目、体調に気をつけてくださいね。

麻雀で脳活性化！

月、火、水、金、土曜日は
マージャンの日



国士無双



「国士無双」ができました。

何と綾デイ、麻雀大会にてあの有名な
「国士無双」が、しかも13面待ちで。
皆、びっくりでした。

マージャンは認知症予防効果が非常に高いとの評価を得ています。

- ①勝負事なので真剣に頭を使う
- ②牌を扱うので指先や手を使う
- ③4人で卓を囲むので沢山会話をする

結果として、手と口を同時に使い、脳と身体の活性化に大変な効果をあげると注目を集めています。今後もリハビリを兼ねたレクとしてますます奨励して行こうと考えています。

センター長 浦山 陽一

3月レクレーション予定



ひな祭り 3/3(火)

今井先生によるリハビリ体操 3/12(土) 3/19(土)

風船パレー大会

手作りおやつ (おはぎ作り)

随心院に梅見



当センターへのご意見やご提案、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。

綾デイサービスセンター山科ご相談窓口 TEL 075 (572) 7528 FAX 075 (572) 7521