



日	月	火	水	木	金	土
整膚・・・10日(月) 陶芸教室・・・6日(木) 10日(月) 17日 リフレクソロジー・・・5日(水) 16日(日) 18日(火)						1 塗り絵・ちぎり絵 ポティスパイダー ごぼう先生体操
2	3	4	5	6	7	8
営業日 ポティスパイダー ごぼう先生体操 節分会	ポティスパイダー ごぼう先生体操 ビューティークラブ 塗り絵・ちぎり絵	ポティスパイダー いきいき健康体操 ビューティークラブ 塗り絵・ちぎり絵	インストラクター レクリエーション ポティスパイダー はつらつ教室	ポティスパイダー あおい体操 作品作り	ポティスパイダー 棒体操 絵手紙教室	ポティスパイダー いきいき健康体操 音楽療法
9	10	11 建国記念の日	12	13	14	15
営業日 ポティスパイダー あおい体操 塗り絵・ちぎり絵	ポティスパイダー あおい体操 塗り絵・ちぎり絵	ポティスパイダー はつらつ教室 カレンダー作り	ポティスパイダー いきいき健康体操 レクリエーション	ポティスパイダー ゴム体操 カレンダー作り	ポティスパイダー ごぼう先生体操 バレンタインティ お楽しみ会	ポティスパイダー 棒体操 ビューティークラブ 塗り絵・ちぎり絵
16	17	18	19	20	21	22
営業日 ポティスパイダー いきいき健康体操 カレンダー作り	ポティスパイダー いきいき健康体操 カレンダー作り	ポティスパイダー あおい体操 折り紙教室	ポティスパイダー 棒体操 虹の会	ポティスパイダー ごぼう先生体操 押し花教室	ポティスパイダー ゴム体操 音楽療法	ポティスパイダー はつらつ教室 カレンダー作り
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26	27	28	29
営業日 ポティスパイダー 棒体操 レクリエーション	ポティスパイダー 棒体操 レクリエーション	ポティスパイダー ごぼう先生体操 作品作り	作品作り ポティスパイダー ゴム体操	作品作り ポティスパイダー はつらつ教室	ポティスパイダー はつらつ教室 旭ハーモニカ 倶楽部	ポティスパイダー あおい体操 レクリエーション

先月の様子

初詣



5日間にわたって、今年も湍川神社へ初詣に出かけました。皆さま静かに手を合わせて真剣な表情でお参りしていらっしゃいました。スタッフも一緒にお参りして、今年一年の無事を祈願。



書き初め



新年はじめの筆試し！
 「筆なんかやっとの間持っていないでいかんよ～」とおっしゃっていた方もだんだんと筆が乗ってきた様子でした。作品の出来はいかがでしたか？

ひとこと健康メモ

2月は一年のうちで一番乾燥する季節ともいわれています。乾燥は肌のトラブルだけでなく、血液や筋肉にも影響を及ぼして心筋梗塞や脳梗塞、ぎっくり腰などが起こりやすくなる原因にもなります。肌・血液・筋肉・粘膜を健康な状態に保つために意識的な水分補給を。



お正月遊び



カルタや福笑いなどのお正月遊びを行ったり、鏡開きの日に白玉汁粉を作ったりして機能訓練に取り組まれました。



白玉汁粉づくり



おいしくできたよ