



日	月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> </div> <div style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">             謹賀新年           </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;">             渋川神社へ参拝ドライブを 予定しています！           </div> </div>						1 元旦
						休業日
2	3	4	5	6	7	8
休業日	スパイダー・平行棒 ごぼう先生体操 新年会	スパイダー・平行棒 棒体操 かるた大会	スパイダー・平行棒 いきいき健康体操 塗り絵	スパイダー・平行棒 はつらつ教室 書き初め 硬筆・毛筆書道	スパイダー・平行棒 ごぼう先生体操 かるた大会	スパイダー・平行棒 はつらつ教室 新春カラオケ大会 塗り絵
9	10 成人の日	11	12	13	14	15
あおい体操 お楽しみ レクリエーション	スパイダー・平行棒 棒体操 個人作品	スパイダー・平行棒 あおい体操 個人作品 おやつ作り	スパイダー・平行棒 はつらつ教室 DVD鑑賞	スパイダー・平行棒 棒体操 カレンダーづくり	スパイダー・平行棒 いきいき健康体操 カレンダーづくり 個人作品	スパイダー・平行棒 ごぼう先生体操 カラオケ 個人作品
16	17	18	19	20	21	22
あおい体操 お楽しみ レクリエーション	スパイダー・平行棒 いきいき健康体操 カレンダーづくり 塗り絵	スパイダー・平行棒 棒体操 カレンダーづくり	スパイダー・平行棒 あおい体操 カレンダーづくり 個人作品	スパイダー・平行棒 ごぼう先生体操 絵手紙づくり 個人作品	スパイダー・平行棒 棒体操 DVD鑑賞	スパイダー・平行棒 あおい体操 カラオケ カレンダーづくり
23	24	25	26	27	28	29
あおい体操 レクリエーション	はつらつ教室 まんだら塗り絵	スパイダー・平行棒 いきいき健康体操	スパイダー・平行棒 ごぼう先生体操	スパイダー・平行棒 あおい体操	スパイダー・平行棒 はつらつ教室	スパイダー・平行棒 棒体操
30	31					
あおい体操 レクリエーション	ごぼう先生体操 DVD鑑賞	レクリエーション	絵手紙づくり 硬筆・毛筆書道	絵手紙づくり	絵手紙づくり 硬筆・毛筆書道	カラオケ 塗り絵

### 先月のご様子



**Merry Christmas**

クリスマス飾りやケーキづくり、クリスマスイベントなどを行い、クリスマスの雰囲気皆様にも感じていただきました！

### 張り子の虎作り



### 新しい仲間が増えました

**介護職員**

みなみ **南** あつこ **温子**

初めまして！皆様のお名前を早く覚えて、笑顔で頑張りたいと思います！！宜しくお願いします！

### 機能訓練だより

年賀状を出すのが楽しみ♪

スタンプやシールを使ってオリジナルの年賀状を作成！直筆で名前を入れました！

### 看護師 健康だより

寒い時期 暖房器具での「**低温やけど**」に気を付けよう！！

低い温度（約40～50℃）の物に、長時間ふれることで起こります。

**Point**

**意外と危険な低温やけど**

※肌の奥にダメージがある事が多く、**見た目より重症で治るのに時間がかかる。**

**対処方法**

①冷水で冷やす。（痛みを感じなくなるまで）

②痛み・違和感ある⇒病院へ！

**原因になる身近な暖房器具**

- 電気毛布
- 湯たんぽ
- 貼るカイロ
- こたつ
- 電気あんか
- ホットカーペット

など

**上手な使い方で予防しよう**

【電気毛布】低温で使用！**寝る前に電源OFF**

【湯たんぽ】①布袋＋タオルで包む  
②布団の中で温めておき**寝る前に出す**

【貼るカイロ】**肌に直接当たらないように服の上から！**