



日	月	火	水	木	金	土
1 	2 DVD 体操 テーブルゲーム 脳トレーニング	3 タオル体操 おこしもの作り	4 棒体操 回想法 誕生日会	5 セラバンド トレパチ 誕生日会	6 DVD 体操 ビューティクラブ 誕生日会	7 タオル体操 回想法 誕生日会
8 	9 セラバンド体操 カレンダー作り トレパチ	10 DVD 体操 カレンダー作り ハンドマッサージ	11 タオル体操 カレンダー作り おやつ作り	12 棒体操 カレンダー作り 誕生日会 絵手紙教室	13 タオル体操 カレンダー作り テーブルゲーム	14 セラバンド体操 カレンダー作り 言葉遊び
15 	16 タオル体操 個人作品作り	17 棒体操 個人作品作り	18 セラバンド体操 個人作品作り 脳トレーニング	19 DVD 体操 個人作品作り おやつ作り	20 タオル体操 個人作品作り 生け花教室	21 棒体操 個人作品作り 脳トレーニング
22 	23 料理クラブ 棒体操	24 セラバンド体操 誕生日会	25 DVD 体操 トレパチ	26 タオル体操 茶話会 生け花教室	27 棒体操 脳トレーニング	28 DVD 体操 おやつ作り
29 	30 DVD 体操 塗り絵 書写	31 タオル体操 DVD 鑑賞	・お知らせ・ 3月3日はおこしもの作りを予定しています！ その他にも料理やおやつを作り、何を作るかを皆さまと相談しながら決めたいと思います♪ お楽しみに～♡♡♡ 			

先月の様子



歩行訓練で瀬戸蔵に行ってきました♪
毎年この時期になると、瀬戸蔵の高さ4mの
ピラミッド型ひな壇を見に行きます！
今年もたくさんの陶器・磁器・ガラスでできた
お雛様が飾ってありましたね～♪



みんなで
記念撮影♡

ジグソーパズルに挑戦！

手先を使い、頭で考えて「ここかな～？」と
お隣の方と悩みながらも一つひとつのピースを
組み合わせていました♪脳を活性化させ、
リハビリなどにも効果があるといわれています！



完成したよ～！

まんま掲示板

まんまに自動販売機が登場！？



先月まんまに自動販売機が設置されました☆
皆さんもまんまにお寄り頂いた際には
ご利用になってみてくださいね～♪

種類がたくさん
あるよ～！



☆季節の変わり目に体調を 崩さないようにしましょう☆

新型コロナウイルス感染症に関するニュースが連日報道され、
不安を感じておられる方も多いことと思います。通常の風邪や
季節性インフルエンザ対策と同様に、お一人お一人の咳エチケットや
手洗いなどがとても重要です。

厚生労働省からの受診目安として、

- ・風邪の症状や 37.5 度以上の熱が4日以上続く。
(解熱剤を飲み続けなければならないときを同様)
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。

※高齢者や基礎疾患等のある方は、このような状態が2日程度
続く場合とされています。

まんまでも、引き続き強化して「手洗い・うがい・アルコール消毒」を
実施しています。うがいでは「テラフラビン」という成分が含まれ
殺菌・消毒効果の強い紅茶で利用者様にはうがいをして頂いています。
この時期は気温が大きく変化する為、体調不良が起こりやすくなりま
す。適度な運動や栄養バランスの良い食事を心掛けましょう！

