



やっと春らしい気候となり、桜の便りもあちこちで聞かれるようになりました。なんとなく心も軽くなりますね。デイサービスでも花見を計画し、歩行訓練も兼ねて少しづつ外出レクを取り入れて行きたいと考えています。
冬の間、体を動かす機会も少なく、歩行時の足取りや、姿勢の悪さなど気になることも増えています。上肢体操に加え、腿上げ体操、踵おとし体操などしっかり行い、躓き、転倒のリスクを回避できるようにしていけると良いと考えています。
「いくつになっても筋力は付く」と言われます。無理なく体を動かしていきましょう。

ひな祭りスペシャルランチ

やっぱりちらし寿司が一番！

ギター演奏



芸名
檀 KEI

さるびあギャラリー

力作が出来ました。上は塗り絵、下は中日新聞ではおなじみの新聞ちぎり絵



ゲームいろいろ



お誕生日おめでとうございます

4月行事

- 誕生日会
- カレンダー
- 季節の制作
- おやつ作り
- ハーモニカ演奏 18日

