

デイサービス 使いやすい

11月(霜月)	
発行者	デイサービスセンター サンファミリア米沢
発行日	令和4年10月25日
住所・☎	〒992-0042 山形県米沢市塩井町塩野520番地 0238-26-8258

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		文化の秋	文化の秋	文化の秋	健康体操	文化の秋
6	7	8	9	10	11	12
	文化の秋	陶芸教室	陶芸教室	陶芸教室	陶芸教室	陶芸教室
13	14	15	16	17	18	19
	陶芸教室	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ
20	21	22	23	24	25	26
	健康体操	スポレク	スポレク	スポレク	スポレク	スポレク
27	28	29	30			
	スポレク	カレンダー	カレンダー			

※上記の予定表は変更になる事がありますのでご了承ください

11/8(火)～14(月)まで陶芸教室を予定しております。料金は1回400円で、期間中は何回でもご参加できます。絵馬や絵皿などの作品作りを予定しております。当日の参加も可能となっておりますので、みなさまふるってご参加下さい!



水につけておいたひょうたんの様子です。袋から出した瞬間、んっ?!においが強烈!!すごい臭いです...まだ中身が腐っていないものもあるので、もう少し水につけてみます。



押し花教室の様子です。皆さま思い思いに作品を制作されて、とても有意義な時間となりました。色とりどりの花に心が癒されました。



10/1～7まではデイサービス大運動会を行いました。各競技の上位3名の方々には賞状と金銀銅のメダルの授与がありました。喜んでもらえたようで嬉しいです!!



10/22～は芋煮会が始まりました。大きい鍋で作った芋煮は絶品です。デイサービスの芋煮は大根と舞茸が入っています。皆さんのお家ではどうですか？芋煮は、それぞれお家の味がありますよね～



今月の運動はこちら！寒くなってくると、首や肩がこわばって猫背になり視野が狭くなってきます。首や肩をストレッチして、目線をあげていきましょう！右の写真のように、肩をまわしたり、首の筋肉をのばしてみよう。

