

デイサービス 使いやすい

10月(神無月)	
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9月24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
						大運動会
2	3	4	5	6	7	8
	健康体操	大運動会	大運動会	大運動会	大運動会	押し花教室
9	10	11	12	13	14	15
	押し花教室	押し花教室	押し花教室	押し花教室	押し花教室	お楽しみ
16	17	18	19	20	21	22
	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	芋煮会 健康体操
23	24	25	26	27	28	29
	芋煮会	芋煮会	芋煮会	芋煮会	芋煮会	カレンダー
30	31					
	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

暑さ寒さも彼岸までと言いますが、
 ここ最近は何っきり秋に移り変わっている米沢です。
 試しに植えてみたひょうたんは先日無事収穫を終え、
 いまは袋に入れて水につけています。
 ひょうたんの下にキリで穴をあけ、
 水に何日間かつけて中身を腐らせます。
 ドロドロになった中身が穴から出て、
 皮の部分だけ残るとい流れになります。



9/15～センターでは敬老会の行事が行われ、令和4年度は、百寿2名、卒寿5名、米寿5名、傘寿1名、喜寿2名の方々のお祝いと、ご利用者皆さまの益々の健康と長寿を祈念して、豪華景品をかけてビンゴゲームが楽しく行われました。



先月の創作活動の絵手紙と、9月の創作活動の新聞紙ちぎり絵の様子になります。



花壇のひょうたんの収穫作業の様子になります。大きいので手のひらサイズほど。大小30個ほどを収穫することができました。



毎月軽い運動を紹介していきます！つま先の上げ下げ、かかと（あぐど）の上げ下げです。10回ずつを1日5～6セットを目標に毎日続けていきましょう！トイレのついでなど、時間をみつけて行ってみましょう。

