



10月（神無月）

発行者

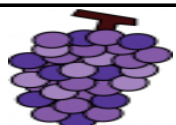
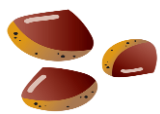
デイサービスセンター
サンファミリア米沢

発行日

令和5年9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	6	7
	芸術の秋	芸術の秋	芸術の秋	芸術の秋	芸術の秋	芸術の秋
8	9	10	11	12	13	14
休み	買い物 ツアー	買い物 ツアー	買い物 ツアー	買い物 ツアー	買い物 ツアー	買い物 ツアー
15	16	17	18	19	20	21
休み	ミ二運動会	ミ二運動会	ミ二運動会	ミ二運動会	ミ二運動会	ミ二運動会
22	23	24	25	26	27	28
休み	芋煮会 健康体操	芋煮会	芋煮会	芋煮会 健康体操	芋煮会	芋煮会
29	30	31				
休み	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。

今年の夏は、今までにない猛暑となりました。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を感じるようになりました。夏の疲れも出て体調を崩しやすい時季です。感染症もまだまだ流行っていますので、体調管理にご留意ください。

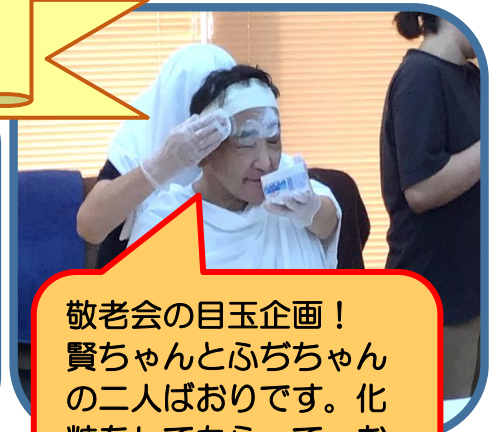


特大ひょうたんは先月から大きさがほぼ横ばいといったところです。そろそろ収穫の時期かもしれません。



去年も植えたミ二ひょうたんは、先日収穫して水にひたして中身を腐らせています。

祝・敬老会



敬老会の目玉企画！
賢ちゃんとふぢちゃんの
二人ばかりです。化粧
をしてもらって、お
めかしです♡

白寿おめでとうございます！



私、
キレイだが？



9/15、普慈こども
園の子どもたちが遊
びに来てくれました。
子どもたちのかわい
い姿に皆さん、この
笑顔です!!



いい音色だごと～

施設内職員によるマリンバ
の演奏会を開催しました。
音楽を聴くと、免疫力が上
がったり、不安を軽減し幸
せホルモンが増える効果
があるそうです。皆さん、マ
リンバの音色に癒されてい
ました。



両足上げ20秒を3セッ
トしてみましょう！

今月の体操は、豊田京子が担当です。
今年の夏は暑かったので、散歩に行く回数も
少なかったのではないのでしょうか？
足の筋力アップに両足上げをしてみましょう。

