



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6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 090-2608-8258

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					映写会	映写会
3	4	5	6	7	8	9
休み	映写会	映写会	映写会	健康体操	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク
10	11	12	13	14	15	16
休み	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク
17	18	19	20	21	22	23
休み	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	スポレク or バスハイク	お楽しみ	お楽しみ
24	25	26	27	28	29	30
休み	健康体操	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	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。

だいぶ秋も深まってきたようです。山々の紅葉樹も色づきはじめ、ふもとの家々でも雪囲いの冬支度もみられるようになりました。日も短くなり、外套が必要な季節になって参りますが、11月も元気にご利用いただき、お楽しみください。



・・・職員紹介・・・

3年ぶりにデイサービスに戻ってまいりました。私が以前勤めていた頃から利用されている方もたくさんいらっしゃり、また新たな気持ちで皆様とデイサービスでの時間を楽しめるように努めてまいります。よろしくお願い致します。



介護職員
佐藤 智子

サンファミリア秋祭り

…10/11開催…



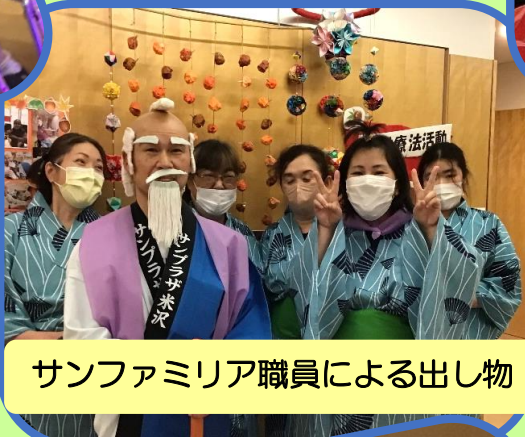
つかさ〜〜♡



最上川司さん歌謡ショー



屋台でのデザートぶるまい



サンファミリア職員による出し物



ご利用者様の創作活動の展示



今月の体操は佐藤智子が
紹介します！
足の前後運動です。右足、左足と交
互に10回動かしてみましょ！
太ももとふくらはぎの筋肉をきたえ
て、転倒予防の体操です。
10回を1日3セットを目安に頑張っ
て続けてみてください。

