



<b>12月（師走）</b>	
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11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	3	4	5	6	7
	陶芸教室	健康体操 陶芸教室	陶芸教室	陶芸教室	陶芸教室	陶芸教室
8	9	10	11	12	13	14
休み	スポレク	スポレク	スポレク	スポレク	スポレク	スポレク
15	16	17	18	19	20	21
休み	開設記念日 創作活動	創作活動	創作活動	創作活動	創作活動	創作活動
22	23	24	25	26	27	28
休み	クリスマス会	クリスマス会	クリスマス会	忘年会	健康体操 忘年会	忘年会
29	30	31				
休み	年末年始	年末年始				

※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。

### ・・・年末年始のお知らせ・・・

紅葉した木々の葉もすっかり落ち、間もなく小雪舞う季節を迎えます。今年も残すところ1か月となりました。日々寒くなり、体調はいかがでしょう？市内の小中学校を中心にインフルエンザの感染が広がっています。みなさまも体調には留意され、残り1か月楽しく元気に過ごしていきたいものです。

さて、デイサービスは12/30～1/3までの5日間、年末年始のお休みとなります。みなさまには大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご容赦下さいますよう、よろしくお願い申し上げます。  
令和7年1/4（土）より営業開始となります。

# スポレク～ポッチャ～



スポーツレクで昨年から取り組んでいる「ポッチャ」。赤青交互に投げて、白いボールに近づけた方が勝ちというルールのもと定期的に実施していますが、毎回とっても白熱した戦いを繰り広げています!!

それっ!!



芋煮会



紅葉バスハイク



りんご風呂



今月の体操は斎藤景子が紹介します！  
だんだんと寒くなってきました。指先まで冷えるなぁと感じることもあると思います。そんな時は、グーパー体操をして血流アップしてみましょ！  
10回を目安に1日3～4セット行ってみましょ