



さくらデイケア通信



発行日:令和2年12月1日

発行:介護老人保健施設さくら 通所リハビリテーション

12月

生まれの皆様
お誕生日おめでとうございます!

朝晩はかなり冷え込む様になりましたね。インフルエンザの流行時期でもあります。今年はコロナウイルス対策も重なり、寒くても換気も大事になってきます。上手に換気を行い、手洗いうがい、手指消毒と十分に気を付けて元気にがんばっていきましょう!!

施設でのご様子



元気いっぱい、笑顔いっぱいのさくらです



2020年の冬至は12月21日(月)です

ゆず湯は・・・

ゆずは実るまで長い年月がかかるので、長年の苦勞が実りますようにとの願いも込められ、もともとは運を呼びこむ前に厄払いするための禊(みそぎ)と考えられています。また血行促進効果で冷え性を緩和し、体を温めるので風邪を予防したり、果皮に含まれるクエン酸やビタミンCによる美肌効果もあります。更に芳香によるリラックス効果もありますから、元気に冬を越し開運にもゆず湯に入ってみてはいかがでしょうか。



December 12

レクリエーション予定表

◎PM2:00~2:45 レクリエーション ◎PM2:45~3:15 体操

日付	担当	レクリエーション内容	日付	担当	レクリエーション内容
1日	(火) 佐藤弥・ジェム	フラッグをたおすな	16日	(水) 佐藤弥・シン	共同作業
2日	(水) 大山・トウ	輪投げ	17日	(木) 佐藤浩・鈴木	共同作業
3日	(木) 外川・鈴木	ハラハラ缶つま	18日	(金) 雨宮・百瀬	共同作業
4日	(金) 雨宮・百瀬	我輩は画伯である	19日	(土) 岡・鈴木	共同作業
5日	(土) 外川・大坪	カラオケ	20日	(日)	*****
6日	(日)	*****	21日	(月)	カラオケ
7日	(月) 佐藤弥・ニュ	ダルマさん転ばないでね!	22日	(火)	カラオケ
8日	(火) 鈴木・トウ	ダルマさん転ばないでね!	23日	(水)	カラオケ
9日	(水) 百瀬・シン	リンゴあつめゲーム	24日	(木)	カラオケ
10日	(木) 雨宮・岡	ゴキブリホイホイゲーム	25日	(金)	カラオケ
11日	(金) 外川・シン	とびだせクマちゃん	26日	(土)	カラオケ
12日	(土) 岡・ジェム	カラオケ	27日	(日)	*****
13日	(日)	*****	28日	(月)	カラオケ
14日	(月) 大坪・トウ	共同作業	29日	(火)	カラオケ(みんなで唄おう)
15日	(火) 外川・ニュ	共同作業	30日	(水)	カラオケ
			31日	(木)	*****

『お願い』
お薬が変更になった場合は、お薬手帳をお持ち下さい。
食べ物の持ち込みはご遠慮下さい。⚠



***** デイお休みです。※内容が一部変更になることもございます。