



デイサービス通信

3月号



2月は節分やバレンタインデーなど行事が多い月でした。新型コロナウイルスの感染が広がって以来、当法人でも行事や催しの実施について、頭を悩ませてきました。来年度からはコロナウイルスの規制が緩和される様で今まで出来なかったことが徐々に出来る様になっていくかと思えます。これからも国の方針に従いながらご利用者の皆様にも楽しんでいただける様に実施していきます。

SKたいせつの郷



今月も、ご利用者の皆様には変わらず、しっかりと運動に取り組んで頂いております。2/3にはSKたいせつの郷の館内にて節分の催しを行い、デイサービスにも鬼の仮装をした職員が来て簡単ではありますが、豆まきを行いました。ささやかではありますが、ご利用者の皆様にも季節感を感じて頂けたかと思えます。

たいせつの郷

1月30日～2月3日に『節分週間』を行い、3年ぶりに鬼が登場しました！

① 様々な場所から、個性豊かな鬼が登場！



箱から登場！



雪山から登場！



② 鬼に向かって豆まき！



③ 見事、鬼を退治！そして記念撮影♪



④ 節分膳・おやつも美味しく頂きました♪

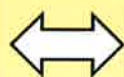


今月の体操

今月は片足立ち練習をご紹介します！



正しい片足立ち。



悪い姿勢での練習は逆効果です！！

片足立ちで、10秒間保持します。
まっすぐ姿勢が一番重要です。
悪い姿勢で練習すると、身体が学習してしまい、バランス能力に悪影響です。
まっすぐ姿勢の為には、物に捕まっても構いません。（指先程度でも可）

youtubeで解説動画を公開中です！



見学・体験利用募集中！

お気軽にお問合せください。

令和5年3月1日発行

発行 / 旭川たいせつ福祉会 広報委員会

たいせつの郷 TEL (0166) 58-3333

担当：日蔭・榊原

SKたいせつの郷 TEL (0166) 57-3220

担当：阿部・千尋