

3月 やすらぎだより

令和8年3月号

3月に入り、暖かく感じる日も多くなってきました。「三寒四温」という四字熟語があるように、寒い日が3日程続くとその後4日間程暖かい日が続くと言われています。寒暖差に負けないよう、規則正しい生活や適度な運動やストレッチを心がけていきましょう！

節分行事を開催

2月3日、節分行事を行いました。当日は、「鬼はそと！福はうち！」の掛け声とともにチームに分かれ豆（お手玉）の数を競い合いました。「恵方巻まきゲーム」では、恵方巻に見立てた棒をくるくると巻いて、恵方を向いて食べる真似をしていただきました。

恵方巻まきゲーム

恵方巻をまくのもお手の物！さすがです！



今年の恵方を見てもぐもぐ😊



豆まきゲーム



皆さん、勝負ごとになると真剣です！

レクリエーション&作品づくり

笑う門には福来る！

ふくわらいに挑戦しました。完成した「ひよっこ」「おたふく」の顔を見て笑い声が響いていました。



3月カレンダー



3月はウグイスと梅のカレンダーを作りました。春が待ち遠しいです🌸

～避難訓練を実施しました～

実際の消火器を用いて使い方等をお伝えしました。今後も定期的に避難訓練を実施し、安心・安全なサービス提供に努めてまいります。



3月の予定

★音楽療法 4日(水)

19日(木)



社会福祉法人

山県市社会福祉協議会

山県市社協デイサービスセンターやすらぎ

〒501-2259 山県市岩佐 1177-1

☎ (0581)52-2800

FAX (0581)52-2937