

1月 やすらぎだより

令和8年1月号

HAPPY
NEW
YEAR!

新年、あけましておめでとうございます。年末年始はいかがお過ごしでしたか？12月はクリスマス会や花もちづくりなど季節の行事がたくさんありました。楽しんでいただけましたでしょうか？

さて、今年は午年です。古くから農耕などで活躍してきたウマは、「豊作」や「健康」の意味が込められています。何事も「ウマ」くいく1年になりますように！

～クリスマス忘年会を開催しました～



～クリスマス忘年会を開催しました～



音楽療法♪



職員による「大きなかぶ」の演劇をしました。



サンタさん登場！
今年は利用者さんがサンタさんになり登場してもらいました。この日の為に春ごろからひげを伸ばしてくださいました！

乾杯～！

スライドショーを見て
1年の振り返りをしました♪

クリスマス特別メニュー
すき焼き＆ケーキ



カレンダー&作品づくり

1月のカレンダーブル

お正月がテーマのカレンダーが完成しました。



羽子板の作品作りを行いました。ぜひ飾ってください！



花もちづくり

ボランティアさんが来所され、飛騨のお正月の装飾「花もちづくり」に挑戦されました。ひとつひとつ丁寧にもちを巻き付け、素敵な作品となりました。



認知症予防通信 VOL. 10

日光を浴びて運動を
しましょう！



普段、夜眠れなくなることはありますか？

そんな時は、「日光を浴びて軽く運動をし、程よく体を疲れさせると良いでしょう。昼寝をする場合は、30分以内に抑え、昼夜が逆転しないように1日のリズムを整えることが大切です。



1月の予定

★音楽療法

9日(金)、29日(木)

★楽生会 19日(月)



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

