

日	月	火	水	木	金	土
平成30年12月 デイサービスやしお寿苑 レクリエーション予定表						1 絵手紙・カラオケ
2 生け花・カラオケ	3 友禅・カラオケ	4 制作・カラオケ	5 八潮社協 ギター演奏会	6 元気体操	7 ちぎり絵・カラオケ	8 ゲーム・カラオケ
9 書道・カラオケ	10 お話朗読会	11 運動・カラオケ	12 ピアノ演奏会	13 てめぐい体操	14 ヨガ	15 映写会・カラオケ
16 ギター演奏会	17 友禅・カラオケ	18 お話朗読会	19 絵手紙・カラオケ	20 運動・カラオケ	21 元気体操	22 冬至 生け花・カラオケ
23 天皇誕生日 ヨガ	24 クリスマスイブ ココネット・あゆ	25 クリスマス クリスマス会	26 ギター演奏会	27 制作・カラオケ	28 映写会・カラオケ	29 書道・カラオケ
30 制作・カラオケ	31 大晦日 カラオケ大会					

**あしを鍛えるぞ！
リカレントバイク**

大きな背もたれがついているので腰への負担が少なく安心して運動ができます。

これで運動不足解消！

ふくらはぎや太ももなど大きな筋肉に負荷をかけ、効果的な有酸素運動が可能！効果を実感して頂いております。

**寿苑 おすすめ
リハビリ器具**

人の喜びを我が喜びとし、我が喜びを心の糧に
人を思いやり、支えあい、助け合いの精神

デイサービスセンターやしお寿苑
TEL 048-954-5513
<http://yashiokotobukien.jp/>

**あししょうがい
みんなで歌おう！愛唱会**

愛唱会は定期的に来て頂けるボランティアです。本格的な機材を使いみんなで歌謡曲を楽しみます。

大好評！ごちそうメニュー

冬の定番メニュー
カキフライ登場！
牡蠣の美味しい時期だけ提供されます。
揚げたてサクサク♪

喉自慢。プロ顔負けです。

みんな歌うのが大好き！

寿通信
先月の一幕