

あんずだより

4月

2025年3月25日

各務原病院 デイケアあんず

【春の風邪予防には鼻の保湿を】

気温が上がってくるのに、風邪をひきやすい時期です。原因は、乾燥する冬の間、鼻や喉の「バリア機能」が低下していること。家の中でもマスクをしたり、加湿器を使ったり、普段以上に保湿を心がけてみましょう☆



★活動報告★

〈カレンダー作り〉

- ・ミニランドセルのカレンダーが作れて楽しかった(*'▽')
- ・細かい作業が多かったけど何とか完成してよかった。
- ・時間をかけて作ったカレンダーは思い出に残ります。ありがとうございました(^_^)
- ・ランドセルと花びらで春満開！っていう感じが良かった。

〈カードゲーム大会〉

- ・カードゲーム大会楽しくできたのでよかった。
- ・勝ち負けはあまり関係ないので楽しかったです。
- ・ルールが分からなかったけど楽しかった。
- ・久しぶりに豚のしっぽをやって優勝できてよかった。
- ・七福神めぐりを初めてやって楽しかったです。

★活動の様子★

〈カレンダー作り〉



ランドセルのカレンダーを作りました☆

〈カードゲーム大会〉



七福神めぐり中。「大うず ぐ〜るぐる」

日	月	火	水	木	金	土
		1 大人の塗り絵 ポッチャ	2 散歩 モルック	3 卓球 茶道	4 ストラックアウト 「君たちはどう生きるか」	5
6	7 ラダーゲッター カラオケ	8 筋トレ双六 自分時間	9 書道 カローリング	10 コーンホール 革細工	11 ポッチャ 「ハリー・ポッターと 死の秘宝 PART2」	12
13	14 ストレッチ カラオケ	15 カードゲーム大会 ボウリング大会	16 Lets New ゲーム カレンダー作り	17 カローリング ブックカバー作り	18 卓球バレー 「ファイブ・ナイツ・アット・ フレディーズ」	19
20	21 以心伝心 カラオケ	22 卓球バレー 調理	23 自分時間 クップ	24 散歩 華道	25 上羽スペシャル PART④ 「キングダム 大將軍の帰還」	26
27	28 体力測定 カラオケ	29 昭和の日	30 エアロビ 季節の制作			

4月2日(水)、24日(木)は散歩プログラムを予定しています。雨天の場合は室内でエアロビ等を行います。動きやすい服装や運動靴の着用をお願い致します☆

★連絡事項★

*参加する時は、自宅にて検温し体調を確認してから参加下さい。体調不良の場合、参加はご遠慮下さい。

*参加人数の確認が必要なプログラムが多くあります。必ず出席確認表や掲示物にチェックや記名をお願いいたします。

*プログラム内容は、天候や参加者数などで変更となる場合もあります。

*送迎バスや食事の都合上、遅刻や欠席の場合はご連絡をお願い致します。

★今月の目標

★外に出て季節の移り変わりを感じてみよう(๑*´˘˘)๑❀

★あいさつを心がけよう(*´˘˘*)๑❀

