



中屋敷デイサービス

カレンダー

11月



《カルチャー教室》

(申し込み制・有料)

日	月	火	水	木	金	土
		1 	2 	3 文化の日 	4 	5
6 サントー スポーツの日 (バスケットボール) 	7 井の日 三色丼 筆の会 	8 	9 	10 筆の会 	11 手作業の日	12 虹色音楽会
13 音楽の日 (二胡の演奏会) 	14 楽々会	15 秋の スポーツ大会 	16 フラワー アレンジメント 	17 	18 手作業の日	19 パステル教室
20 上映会 お楽しみに♪	21 筆の会 	22 	23 勤労感謝の日 	24 筆の会 	25 柿の葉風呂 お楽しみ& おやつの日 	26 麺の日 あんかけ焼きそば 楽々会
27 ペーパー クイリング 	28 	29 	30 	11月の一押しイベントは、 15日(火)・「秋のスポーツ大会」 です!! しっかり身体を動かしながら楽しみましょう! 毎月恒例のイベントも盛りだくさんです。6日・スポーツの日には、バスケットボール。13日・音楽の日にはお馴染みとなったはまっ胡さんによる二胡&ギター演奏が楽しめます。 その他カルチャー教室なども目白押し!ご参加お待ちしております♪		

小柴先生の
フラワーアレンジメント
月1回(火曜日か水曜日)、季節の花を思い思いに飾って心を癒しましょう。
【参加費】1,000円

加藤先生の
パステル教室
月1回土曜日に。パステルを削った粉を用具や指で擦ったり消したりすると、夢のある絵が描けます。【参加費】200円

川添先生の
ペーパークイリング
月1回日曜日に、紙テープのリボンを専用の道具で巻き、指で形を整え、花や動物、虫、いろいろな作品に変わり楽しめます。
【参加費】400円

※参加希望の方は職員まで!!

《定期的な教室》

(申込み不要・無料)

松田先生の
筆の会
月曜日と木曜日の2回ずつ、月4回。
無心になって半紙と向き合うひと時も、リフレッシュ効果があるようです。

松元先生の
虹色音楽会
歌や楽器の音で元気になる音楽会。笑顔いっぱい声を出して音楽を楽しみましょう♡

伊藤めぐみ先生の
楽々会
元気いっぱいのめぐ先生による、若返りプログラムです! 身体と心を大いに動かしましょう♡

※ご自由に参加して下さい!

ナースの保健室 自分の体と向き合おう! シーズ② ~フットケア~

歩き続けるために足のケアは大切です!
寒くなると一日中靴下を履いたまま...なんて方もいるのではないのでしょうか?
靴下を脱いだ時、お風呂で洗う時など、ご自分やご家族の足をよく観察してみましょう!!

- 爪...巻き爪や水虫などの異常が現れることがあります。
- 皮膚...乾燥、傷がみられると、感染を起こす危険性があります。
- 靴擦れがないか...足に合う靴を履く必要があります。
- 指先等の皮膚の色が悪い・冷感がある...血液の通り道に異常がある場合があります。

他にも何か気になる事があれば、看護師までご相談ください!!

