

きずな新聞 12月号

早いもので師走を迎えましたが、コロナは終息どころか勢いが増してきました。きずなでは、コロナの影響をものともせず益々、歌って笑って元気を配信していきます。健やかなる新年を迎えられますようお祈り申し上げます。



レク紹介

今回は、体操編です。体を動かして機能維持・向上し、免疫力をつけていきます。

ふじみんぴんしゃん体操

音の高低と手の動きが連動するので歌いやすくなります。頭と体を連動させる訓練にもなります。

日常生活に必要な機能・体力が維持・向上するのに効果的な体操です。



ドレミ体操



畑から

本格的な冬が来る前に花や野菜の植え替えをしました。



さつまいもその後♡

庭のさつまいもでスイートポテト作りに挑戦しました。自分で作ったおやつは格別です。



見学・体験

お気軽にご相談ください TEL049-256-6886



いつでもOK! デイサービスセンターきずな



ふじみ野市西