

令和 4年 1月の予定 あおぞらライフデイサービス(介護・介護予防・認知対応)

レバー・うなぎ・にんじん・ほうれん草・モロヘイヤには、上皮や臓器の成長促進作用があり不足すると風邪をひきやすくなるそうです。ただ、過剰摂取は頭痛や疲労感等の副作用の危険性を高めるおそれがあるので要注意。

	日	月	火	水	木	金	土	
	★ショートステイからのお知らせ★						12/31(金) ～ 1/3(月) お休み	
午前	明けましておめでとうございます！あおぞらライフは今年も一所懸命頑張って皆様のお役に立てるよう努力していきます。まだ、コロナウィルスの猛威は終息しておらず冬場にはインフルエンザも流行する恐れがある為、引き続き手洗いうがい・マスク・手指消毒に十分な静養を取り健康管理に留意していただきます。							
午後	12/31(金)～1/3(月) デイお休みのお知らせ							
午前	ショートステイは営業いたしておりますが、上記期間中の施設送迎および入浴はございません。ご了承下さい。		4 運動機能向上プログラム	5 運動機能向上プログラム	6 カワイ音楽教室	7 脳活性プログラム	8 運動機能向上プログラム	
午後			すてっぷくらぶ陶芸教室	カワイ体操教室	やまうち屋紙芝居	シニアヨガ教室	チャレンジ!! リトミック	
	9	10	11	12	13	14	15	
午前	お休み	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	脳活性プログラム	
午後		あおぞらライフ新春カラオケ大会	松井美千子新春邦楽の会	すてっぷくらぶ折り紙教室	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶちぎり絵教室	カワイ体操教室	
	16	17	18	19	20	21	22	
午前	お休み	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	脳活性プログラム	田口徳男カラオケ教室	運動機能向上プログラム	脳活性プログラム	
午後		すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶ書道教室	シニアヨガ教室	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶ水彩画教室	カワイ体操教室	
	23	24	25	26	27	28	29	
午前	お休み	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	すてっぷくらぶ硬筆ペン字教室	すてっぷくらぶハーモニカ教室	カワイ体操教室	すてっぷくらぶ華道教室	認知機能低下予防教室	
	30	31	すてっぷクラブ(カルチャークラブ) ～外部講師による教室のご案内～					
午前	お休み	脳活性プログラム	*陶芸	*折り紙	*水彩画	*華道	カラオケ教室 偶数月第3木曜日	歌手 高田真子
午後			*ちぎり絵	*硬筆ペン字			カラオケ教室 奇数月第3木曜日	作曲家 田口徳男
		カワイ体操教室	*書道	*折り紙	ハーモニカ		カワイ体操 月5回(不定期)	仲野みよ子講師
			足腰元気になろう体操教室 不定期			カワイ音楽 月4回(不定期)	松本・水野講師	
			認知機能低下予防教室 不定期			リハビリ音楽体操 第4月曜日	仲野・佐藤講師	
			チャレンジ!!リトミック第2土曜日			シニアヨガ 月2回 不定期	大塚ゆかり講師	