

5月

ひまわりイベント情報

デイケアは感染症対策をしながら開所しております！
 新型コロナ感染予防のため、引き続き外出イベントは中止・延期となっています。
 スポーツのバドミントンは体育館の使用状況により、ウォーキングに変更となる場合があります。
 随時お知らせしますのでよろしくお願いします。

歓迎茶話会

5月10日（月）
14:30～

新入職のスタッフを交えて歓迎茶話会を行います！
 皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪
 参加者は昼食時においしいお菓子の提供もありますよ☆

予約：当日予約制
 参加される方は当日10:30までに来所、または
 10:30までに予約の連絡をお願いします。



創作イベント

各種プログラムにて創作のイベントを予定しています！
 どなたでも予約して参加できますよ♪
 内容の詳細はポスターと予約表をご覧ください。

5月22日（土）10：15～ アートイベント
 5月27日（木）10：30～ 園芸クラフト
 5月31日（月）10：30～ アロマクラフト

ハープリサイタル
in プラザノース

5月21日（金）
13:00～
デイケア出発

プラザノースにて、ノース・ティータイム・コンサート「ハープリサイタル」が行われます！プチ院外活動として、素敵なハープの音色を聴きに行ってみませんか？？予約（先着順）にて、どなたでも参加できますよ♪予約制のため、詳細はポスターをご覧ください



～プログラム紹介～

☆ゆるらくエクササイズ☆ 第2・4金曜13:00～13:45

先月から新しく、「ゆるらくエクササイズ」のプログラムが始まっています！
 テーマは「ゆるっと、らく～に体を整えよう！」
 椅子に座ったまま、ストレッチをメインとしたエクササイズをすることにより、
 体の痛み（腰痛、膝痛、背中痛みなど）をやわらげ、体の調子を整えることが
 できますよ♪立ったままの体操が不安な方も、普段あまり運動しない方も、体の
 不調が気になる方も、どなたでも気軽に参加できます！
 ぜひ体験してみてくださいね♪

