

デイサービス まなぐら

2022年12月 ☎(084)976-8750

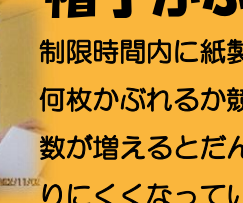
1年があっという間に過ぎていき、最後の月となりました。今年は新型コロナの影響など色々ありましたが、皆様は元気にまなぐらにお越し下さり、ありがとうございました。

寒さもますます厳しくなりますので体調にお気をつけいただき、来年もよろしくお願いたします。

レクリエーション

帽子かぶりゲーム

制限時間内に紙製の帽子を何枚かぶれるか競います。数が増えるとだんだんかぶりにくくなっていきます。



ペットボトルの小さなキャップをすくうのに使う道具は…フォーク！上手にすくえるでしょうか…

キャップすくい



おじゃみ運び

おじゃみを別のかごに移すだけの簡単なゲームと侮ってはいけません…使う道具はくじ引きで決めるので難しい道具で運ばないといけない事も…！

理学療法士の
転ばぬ先の杖

姿勢を保つために(1) 仰向けでの腕上げ運動

膝を曲げた仰向けになります。腕を胸の高さまで上げ、前ならえをします。肘を曲げないまま上げていき、10秒保ち、再び前ならえに戻します。再び上げましょう。

10回やってみましょう

12月の行事予定

17(土) スーフカレー鍋

27(水) もちつき大会

29(木) 年越し野菜そば

写真はイメージです 予定は変更する事があります

秋は美味しい物がいっぱい！ 11月の行事

どんな事をしたのか少しでもご紹介します ☺

秋刀魚パーティー

毎年恒例の秋刀魚パーティー、今年も無事開催しました。脂の乗った秋刀魚を炭火で焼いて皆さまに召し上がっていただきました！

骨ごと召し上がった方もいらっしゃいました！



おかわりされた方や
骨ごと召し上がった丈夫な歯を
お持ちの方もいらっしゃいました！



大きなエビ天は
やはり大人気…



天丼

揚げたてあつあつ。エビにキスに、サツマイモ、シメジ、インゲン、ナス…お好きな天ぷらを選んでご飯に乗せていただきました！甘辛いたれと一緒に召し上がっていただきました。



鮭のちゃんちゃん焼き

北海道名物がまなぐらにやってきました！ たっぶりの野菜と鮭を味噌ダレで焼き上げて、お昼ご飯に召し上がっていただきました。



栄養満点！ ご飯が進みます！
おかわりされた方もいらっしゃいました。

