

令和6年

宮野目デイサービスだより

お

で

ん

せ

1月

発行
宮野目デイサービスセンター
Tel. 0198-26-2666

あけましておめでとうございます。
皆様のご健康とご多幸をお慶び申し
上げます。

今年もどうぞよろしく願います。



職員一同



12月は10・11・12月生まれの方のお誕生会や、クリスマス会がありました。12月のご様子を写真でご紹介いたします。



10月から12月生まれの方のスナップ写真を2ページに渡ってご紹介いたします。

楽しい雰囲気伝わるとはでしょうか



お誕生日
おめでとう!



10月・11月12月合同誕生会



誕生会には、ボランティアの方やご利用者のご家族の方も見に来てくださり、とても盛り上がりました。



虹の会



堀ノ内孝雄
ショー



花巻市民謡
保存会



今年も冬至の週に柚子湯に入りました。柚子の良い香りが浴室に漂っていました。



サンタクロースが宮野目にやっ来た



利用者様と一緒にツリー点灯式

12月18日から一週間の間、サンタクロースがやってきました。プレゼントに素敵なカレンダーを皆さんに渡してフィンランドに帰っていきました。



サンタさん 今年もありがとう



サンタと職員のデュエット



1月のレクリエーション

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
	年始休業			かるた		
7	8	9	10	11	12	13
	下駄とばしゲーム			ぶらぶらボール でパットボール倒し	みずき 団子づくり	
14	15	16	17	18	19	20
	かるた			タオルでポンッ		
21	22	23	24	25	26	27
	ぶらぶらボールで パットボール倒し			下駄とばしゲーム		
28	29	30	31	2/1	2	3
	タオルでポンッ			節分 🍡 は外		

朝の血圧上昇に注意

冬の朝は急激に血圧が上昇することがあります。起きるときは次のことに気を付けてください。

- ①布団の中で手足を動かしてから起き上がる
- ②起床後にすぐトイレに行くときは上着等を羽織る
- ③時間にゆとりを持って行動する。
- ④外出時は温かくする。