

ひのき通信



暖かい春の風が心地よい季節になりました。いかがお過ごしでしょうか？ 花の季節ですが、まだ朝晩は肌寒いですね・・・
春とはいえ花冷えの日もございますので、ご用心くださいませ。

毎月、新たな行事を用意しております！ 3月の活動をご紹介します♪

ポカポカ陽気、皆で「西公園」に行きウォーキングをしました。
和気あいあいと話も弾み、気分も晴れやかになりました♪



HAPPY BIRTHDAY
3月のお誕生日
おめでとうございます！

箱積みゲーム♪
誰が1番高く積めるかな♪



製作活動の様子です！

今月のイチ押し

コグニサイズを取り入れています！
「コグニサイズとは」
全身運動と認知課題を同時進行して
行います。体と脳の両面の機能改善
・維持が期待できます。デイひのき
ではコグニサイズの早期導入し、認
知症予防だけでなくこれからの人生
を自分の足でしっかりと歩いて健康
に暮らして頂きたいと願っております。



大丈夫かなあ・・・



3月3日 ひな祭り「ちらし寿司」で
お祝いしました。美味しかったですね♪



百梅園へ行きました♪



※4月は「桜ドライブ」をたくさん企画しております。皆さんが笑顔になるよう様々なイベントを開催いたします。お楽しみに・・・