



	月	火	水	木	金	土
午前・午後				1 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ ハンドベル 讚美歌	2 ハーモニカ 布細工の会 お楽しみ	3 音楽の時間 ハンドベル
午前・午後	5 音楽の時間 ハンドベル	6 ハーモニカ 囲碁・将棋 絵手紙	7 紅白歌合戦	8 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ ハンドベル 讚美歌	9 ハーモニカ 布細工の会 おやつ作り	10 音楽の時間 ハンドベル
午前・午後	12 音楽の時間 ハンドベル	13 ハーモニカ 囲碁・将棋 折り紙	14 書道塾 お楽しみ	15 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ クリスマス祝会	16 ハーモニカ 布細工の会 お楽しみ	17 音楽の時間 お楽しみ
午前・午後	19 音楽の時間 ハンドベル	20 ハーモニカ 囲碁・将棋 押し花	21 お誕生日会	22 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ ハンドベル 讚美歌	23 天皇誕生日 ハーモニカ お楽しみ	24 音楽の時間 ハンドベル
午前・午後	26 音楽の時間 ハンドベル	27 ハーモニカ 囲碁・将棋 お楽しみ	28 お楽しみ	29 音楽の時間 スマイルカフェ ハンドベル	30 休業のお知らせ 12/30(金)~1/3(火) 	31

《元気な体づくり!》

冬に気をつけたい病気

この季節、インフルエンザなどの病気が流行します。寒くなり体温が下がることで免疫力も低下し、インフルエンザなどのウイルスに感染しやすくなります。正しい知識をもって予防し、元気に冬を乗り切りましょう!

- 予防対策には、「手洗い/うがい」が基本です。



- マスクを着用し「かからない」「うつさない」を心がけましょう。



- 十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけましょう。



- こまめに水分をとり、のどの乾燥を防ぎましょう。



- 体を動かして体温を上げ、免疫力を高めましょう。



- 時々換気を行いましょう。



《12月の予定》



～クリスマス～

今年も愛泉館にサンタとトナカイがやってきます。お楽しみに♪

～クリスマス祝会～

10日にサマリア会の皆様によるクリスマス祝会を予定しています。

《スタッフ紹介》

10月より新しく入職いたしました、清水かなと申します。未熟ではありますが、笑顔・元気を絶やさず皆様と関わらせていただきたいと思います。よろしくお願ひいたします。



月～土曜日
午前10:30 色々やりタイム
(刺し子・書道・塗り絵など)
午前11:50 食前の嚥下運動

12月のお誕生日会
12月21日(水)の午後2時より『オヒア・レファ』の皆様によるフラダンス♪
でお誕生日のお祝い会を開きます。