



# すこやか通信

第 232号

2021.11.24



すこやかデイサービス

早いもので、今年も最後の月となりました。皆様にとってはどのような1年でしたか？一進一退ながら、朝晩めっきり冷え込みを感じるようになり、季節はまさに冬本番ですね。コロナ禍はまだまだ収束しそうにありません・?!が未然にできることは免疫力を高める努力や、なるべく笑って過ごせるようにしたり、ストレスを溜めないように工夫したりすることが秘訣です。自分と自分の大切な人を心身ともに守るためにも、“健康”を意識した生活を今後も心掛けていきましょう！！

来年も皆様にとって健康でより良い年になりますよう、お祈り申し上げます。



## 12月の行事予定



	月	火	水	木	金	土
1週目			1 創作	2 創作 (クリスマスツリー飾りつけ)	3 創作	4 創作
	6 創作	7 創作	8 DVD鑑賞	9 ゲーム	10 ゲーム	11 ゲーム
2週目	13 干支作り	14 干支作り	15 創作 & DVD体操	16 創作 & DVD体操	17 創作 & DVD体操	18 創作 & DVD体操
	20 ゲーム	21 ゲーム	22 ゲーム (ゆづ湯)	23 ハンドベル	24 フラワーアレンジ DVD鑑賞	25 ハンドベル
3週目	27 DVD鑑賞	28 DVD鑑賞	29 ビンゴ大会	30 DVD鑑賞	31 休み	
	お誕生日会	お誕生日会	お誕生日会			

\* 予定は変更になる場合があります。その際はご了承ください。



### お知らせ

デイサービス年末年始のお休み

令和3年12月31日～

令和4年1月3日までの

4日間となります。

