



節分（豆まき）



節分に厄をおとすといわれる豆まきを行いました。
鬼に扮したスタッフへ、新しい年に幸運を呼び込む
よう願いを込め紅白球を投げていただきました。

理念

「無条件受容」

「共感的理解」

私たちのモットー

1. 利用者とその家族の夢の実現に努めます。
2. 安心安全なサービス提供に努めます。
3. 全ての人々が心を開いて何事についても話し合えるように努めます。
4. 「もう一つの家庭」の役割を担えるように努めます。
5. 人生の先輩への畏敬の念を大切に努めます。

社会福祉法人 貞省会

お誕生日

おめでとうございます



頭と体を動かそう・喫茶レク  

個別レク 



行事や散髪の手配・施設からののお知らせは裏面に掲載しています



4月の予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 頭と体を動かそう	2 頭と体を動かそう	3 麻雀教室
4 	5 頭と体を動かそう	6 麻雀教室	7 頭と体を動かそう	8 頭と体を動かそう	9 頭と体を動かそう	10 詩吟教室
11 	12 頭と体を動かそう	13 麻雀教室	14 頭と体を動かそう	15 頭と体を動かそう	16 頭と体を動かそう	17 頭と体を動かそう
18 	19 頭と体を動かそう	20 麻雀教室	21 頭と体を動かそう	22 頭と体を動かそう	23 頭と体を動かそう	24 麻雀教室
25 	26 頭と体を動かそう	27 麻雀教室	28 頭と体を動かそう	29 頭と体を動かそう	30 頭と体を動かそう	

※行事は変更・追加になる場合がございます

4月の散髪	5日(月)・6日(火)・16日(金)・21日(水) 理美容/HAPPY	
-------	-------------------------------------	--

少しずつ日照時間も長くなり、日差しに春の温かさを感じる時期になりました。しかし、日々の寒暖差が大きく、心身へのストレスも大きくなり、自律神経の乱れやすくなり体調不良を起こしやすいため注意しましょう。また、気圧の変化は、頭痛やめまいを誘発します。バランスのとれた食事と適度な運動を取り入れ、免疫力を高めるようにしましょう。バランスの取れた食事と適度な運動を取り入れ、ストレスを軽減し、免疫力を高めるようにしましょう。

また、花粉によるアレルギー症状も出現しやすくなっています。テレビなどの気象情報や花粉情報を参考に、飛散の多い日中の外出を控え、外出時は眼鏡・マスク等を装着し、帰宅後は洗顔やうがいを行うこと症状の出現を抑制する対策となります。