



# しおさきデイケア通信

しおさきデイケア通信 Vol.142

令和7年3月11日発行

姫路市大塩町夕咲 1-25

079-254-5851 (デイケア直通)

## 華麗なる加齢！楽しい歌のデイ体操を開催しました

3月6日(木)、大塩公民館西側の汐の里にて、井野病院主催の健康教室「華麗なる加齢！楽しい歌のデイ体操」を開催しました。日頃、しおさきヴィラデイケアで行っている歌の体操や脳トレを体験していただきました。今回のイベントでは、脳トレでは、9個の「食べ物や飲み物」の連想クイズをし、その後すべてが35年前に流行したある替え歌に結びつくという、一体感のある脳トレを、皆様で楽しみました。参加者の皆様は楽しく歌ったり、体操をしながら笑顔が見れました。天候が心配されましたが、雨も降らず無事に開催することができました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。また、大塩公民館の館長さんには、多大なるご支援とご協力を賜り、無事にイベントを終了できましたこと、深く感謝申し上げます。



## 防災訓練へのご協力ありがとうございました。

3月3日にデイケアで行われた震度6強の地震を想定した防災訓練にご参加いただきありがとうございました。今回は、実際に怪我人や停電が発生した場面での訓練を行いました。今年は阪神淡路大震災発生から30年の年となります。今後も引き続き未曾有の事態に備えて定期的に防災訓練を実施していきますのでご協力のほどよろしくお願い致します。



『スタッフブログ随時更新中』

<http://ameblo.jp/shiosakideikea/>





# デイケアレクリエーション予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		私は 誰でしょう	座って 出来る 全身運動	「春」 クイズ	桜を 勉強しよう	皆で 笑おう
6	7	8	9	10	11	12
	知ると 楽しい 雑学クイズ	春の歌♪ で 体を動かそう	文字 並べ替え クイズ	認知予防 リズム体操	おもしろい 日本一 クイズ	難しいぞ!! 間違い探し
13	14	15 	16	17	18 	19
	「若葉」さん による コーラス	春の花 難読漢字	足腰強化 健康体操	四字熟語 穴埋め クイズ	血液の 循環を 良くする 体操	懐かしい 紙芝居
20	21	22	23	24	25	26
	座ったまま エアロビクス	昭和の 歌で 元気に 体操	知って 損はない 防災 クイズ	自立 神経を 整えよう	意外と 知らない 豆知識	誰を見る? ライブ 映像
27	28	29	30			
	らくらく 着替え 体操	関西地方 方言 クイズ	歯に 関する クイズ			

4月の俳句会のお題は「新生活」です。

用紙はスタッフにお声掛けください。

散髪は15日(火)と18日(金)を予定しております。