

2月 ひばり棟通信

2月の予定

- | | |
|-------------|------------|
| 1日(水) 節分豆まき | 12日(日) 上映会 |
| 2日(木) 誕生会 | 19日(日) 上映会 |
| 5日(日) 上映会 | 26日(日) 上映会 |

※中止・変更になる場合があります。

～ひばり棟より～

新しい年が明けてから早いもので一カ月立ちました。1月は寒さが身に染みる月でもありました。昔は雪がたくさん降り、子供の頃は雪だるまを作ったり、雪合戦をしたりと外で元気よく遊んでいた事を思い出しますが、今は雪が降る事が少なくなりちょっぴり淋しいように感じられます。

行事として新年会を行い、福笑いや箱の中身を当てるゲーム等をおこない、おやつは甘酒と和菓子を食べ、楽しい、笑顔のある時間を過ごしました。

甘酒を飲みながら、甘いね、美味しいねなど言いながら美味しそうに食べられておりました。月日が過ぎるのはとても早く感じますが、まだまだ寒い日が続きますので風邪など引かないよう体調管理に努めて頂きたいと思っております。

～リハ科より～

寒さが厳しいこの時季、転倒や骨折が多くなっていく季節です。転倒、骨折の予防策として、骨を強くする、転倒しない環境づくりが大切です。日常生活の中で、散歩、買い物、家事動作、ラジオ体操などを行っていきましょう。また、厚着をして動きづらいこともあるので、足元に物がある状況避けるなどの転倒予防に努めましょう。

1月の行事写真

1月18日 新年会

