かずさでい通信1月号

新年あけましておめでとうございます。昨年は多くの皆様が運動する事の大切さを 認識され、意欲的に運動に取り組まれました。人間の筋肉の70%は下半身にある といわれ、また落ちやすいのも下半身の筋肉です。老化防止や自身の尊厳を維持 するにも、下半身を支える筋肉を鍛えることが大切です。

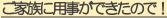
本年も自分に合った運動に挑戦していただきたいと思います。さて今年は戦後70年 、現在の日本は皆様の世代が成し遂げた偉業の結果です。そうした皆様の充実した 生活の中核に私たちのデイサービスがあるといわれるように、本年も謙虚に努力 してまいりますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。



臨時利用ご案内



行事に参加したい!





受診日等の振り替え利用は?

お楽しみ弁当の日に利用したい!

等々ありましたらお気軽に ご相談ください。できる範囲で 臨時利用の調整をさせていただ きます。

3 F相談員(小倉・腕木)まで



• お友達 • 知人等ご紹介 • 見学対応等随時対応

www.kazusakaigo.com



1月の予定

17(土) 折り紙教室

19(月)・20(火) 手作りおやつ

26(月) 寿美会演舞

30(金)・31(土) お誕生会

理容室予定日

5(月)・9(金) 23(金) • 26(月)

美容室予定

14(水)・15(木)・28(水) 29(木)・31(土)

※カットやカラーはスタッフ迄

