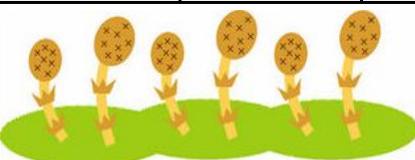


平成28年4月 上牧デイサービスセンター予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1日 いきいき 100歳体操
2日					2日 玉入れ	
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
カラオケ	お花見行事	おじゃみ 入れ	パネ ル シアター	玉入れ	いきいき 100歳体操	サッカー
体力測定週間(なるべく休まずにきてください。)						
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
カラオケ	折り紙	銭太鼓	書道	輪投げ	いきいき 100歳体操	パット ゴルフ
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
カラオケ	おじゃみ 入れ	フラワー アレンジ	パット ゴルフ	大正琴 (山田様)	オカリナ	ボーリング
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
カラオケ	ゲート ボール	玉入れ	書道	サッカー	いきいき 100歳体操	おじゃみ 入れ

☆歯科衛生士来所日のお知らせ☆
 <嚥下体操・口腔ケアの日> 歯科衛生士による嚥下体操と口腔ケアを行います。
 4月6日(水)9日(土)12日(火)15日(金)18日(月)21日(木)24日(日)27日(水)
 <口腔ケアの日> 嚥下体操実施日以外に歯科衛生士による口腔ケアを行います。
 4月20日(水)22日(金)25日(月)30日(土)

※4月4日(月)はお花見行事のため、**入浴は実施いたしません。**ご了承ください。

・ボランティアの都合で、予定が変更になる場合がございます。

※利用者様 空き情報 (曜日別)

日	月	火	水	木	金	土
◎	○	◎	○	◎	○	◎

◎=かなり空きあり ○=空きあり △=少し空きあり ×=空きなし

・定員に空きがある場合でも、ベットのご希望や特浴をご希望の場合はご相談させて頂く場合があります。

3月ひな祭り行事の様子



< 4月お花見行事のお知らせ >
 午前中は上牧デイ前の桜並木を職員と一緒に散歩に出かけ、
 午後はボランティアによる春の踊りを予定しております。
 また、利用者様と共に作成した大きな桜の木をセンター入口
 に展示しております。

4月からリニューアルします!!

- ①運動スペースに新しいマシーンが登場!
 サイクルマシーンが4月より上牧デイサービスでも訓練に追加します。日頃の運動不足や筋力を維持・向上するため、ぜひお役立て下さい!!
- ②認知予防プログラム開始!
 1日のスケジュールの中に認知予防の活動を積極的に取り入れます。繰り返し認知課題に取り組む事で脳を活性化し、より元気に過ごして、いつまでも若々しく!!
 これからも、「明るく」「楽しく」「あきらめず」をモットーに上牧デイサービスをよろしくお願いいたします!!

< 今月の季節の献立 >

4月13日(水) 4月24日(日) 旬の食材や季節の料理を食べて体の中から、元気になりましょう!
 セレクトおやつは4月17日(日)となっております。

※365日年中無休で営業しております!!
 急な変更や追加でのご利用も可能な限り対応させて頂きますので、お気軽にお問い合わせください!!
 上牧デイサービスセンター
 TEL 072-683-7722 FAX 072-683-5011