

# さわやかだより 12月号

寒さがじわじわと身体にしみてくる季節になりました。朝布団から出るのは大変・  
ダメです！寒いからこそ身体を動かしましょう！デイサービスのお風呂に来て  
下さい！温まりますよ♪そろそろ正月の準備かな？  
お風呂温めて待ってます♪では11月の皆様のご様子をご紹介します♪

☆第一週 ボール渡し☆

☆第二週 おやつ作り☆

☆第三週 棒サッカー☆

☆第四週 カラオケ会・映画鑑賞会☆



## ☆ボール渡し☆



特製の桶を使って  
ボールを渡していきます。  
桶のレールに沿って相手に  
上手く渡せるでしょうか？！

## ☆棒サッカー☆

棒を使ってピンポン玉を  
相手のゴールめがけて  
打ちます！  
相手も防御してくるので  
中々ゴールは狙いにくいですよ♪



## ☆おやつ作り☆

えごまのイモ田楽を作りました♪  
えごまはすり鉢で  
心込めてじっくりとすりました♪  
贅沢にたつぷりと付けて  
いただきました！



えごまは  
この食べ方が  
一番  
美味いんで  
ないか？



香ばしい  
甘い匂いに  
よだれが～♪



## ☆三味線演奏会☆



林三味線クラブの方と中央民踊クラブ  
の方々による演奏会を行いました。  
知っている曲を三味線の演奏に合わせて  
歌うのは気持ちがいいですね。  
三人の息ぴったりの踊り  
もカッコよかったですね！

## ☆感謝☆

沢山のタオル、布を  
寄付していただき  
ありがとうございました！  
ありがたく使わせて  
いただきます♪  
まだ足りない  
布など、ありましたら  
お譲り下さい  
よろしく願います。