

めくもいだよ！ 3月号

3月になると少しずつ暖かくなり、過ごしやすくなってきますね。

ですが皆さん油断をしてはいけません！**3月は1年で1番空気が乾燥する時期**です。空気が乾燥することは風邪をひきやすくなります。乾燥を防ぐためには湿度を保つことが大切です。室内では加湿器を使うとよいです。加湿器がない方は濡れたタオルをハンガーに掛けるだけでも湿度を保つことができます。ぜひ皆さんも試してみてください風邪予防に努めてください！

3月 レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
【お知らせ】 ※予定は諸事情により変更することがあります。ご了承ください。 ご利用日に休まれた方は変更もできますので、職員又はケアマネジャーにご連絡ください。 また、ご利用日の曜日変更も可能です。お気軽にお尋ねください！ ☎0584-93-1811						脳トレ
2	3	4	5	6	7	8
ビデオ鑑賞	ひな祭り輪なげ		脳トレ		風船バレー	カラオケ
9	10	11	12	13	14	15
個別レク	カラオケ		室内ゲーム	4月カレンダー作り		
16	17	18	19	20	21	22
カレンダー作り	めくもいカフェ					個別レク
23	24	25	26	27	28	29
ビデオ鑑賞	ゲーゴロ		カラオケ	個別レク	室内ゲーム	壁画作り
30	31	【お願い】				
壁画作り	タオル、上着、着替え、カバンなどの持ち物には名前の記載をお願いします。					

3月のお菓子販売

3月 13日(木)
14日(金)
15日(土)
16日(日)

お買い物上限額1,000円のため
1,000円以上のお金をご持参
されないようお願いいたします



2月 郷土料理 (広島県)



2月のレクリエーションの様子

節分ゲーム

鬼は～外っ！



たくさんの鬼達を退治しました！

おひなさま作り



色々な顔のお雛様があつてかわいいですね

ボランティア



ギターやハーモニカで演奏 ♪♪
たくさんのうたを一緒に歌いました。

その他にも めくもいカフェ ☕
カラオケ 🎤 塗り絵 🎨 脳トレ 🧠
お菓子販売 🍪 などいろいろな
レクリエーションをおこなっています！

