

リハビリの一端として、利用者様が紙折りをしてお楽しみしております

# めくもいだより 3月号

段々と温かくなり過ごしやすい季節になってきましたね。3月は1年で最も乾燥する月ということをご存じでしたか？ 乾燥で特に気をつけなければいけないのが風邪です。室内では適度な湿度を保つようにしてくださいね。加湿器が無い方はぬれたタオルを室内で干したり、カーテンやカーペットに水をスプレーするのも効果があるそうですよ。風邪をひかないためにも手洗い・うがい・換気・加湿を心がけて下さい！ 3月も元気にめくもりの郷にお越しください。職員一同お待ちしております！

## 3月 レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
個別レク	カラオケ	ひな祭りゲーム	個別レク	個別レク	脳トレ	
8	9	10	11	12	13	14
脳トレ	室内ゲーム	ボランティア 紙芝居	4月 カレンダー作り	4月 カレンダー作り	4月 カレンダー作り	4月 カレンダー作り
15	16	17	18	19	20	21
カレンダー作り	めくもりカフェ	めくもりカフェ	めくもりカフェ	カラオケ	個別レク	個別レク
22	23	24	25	26	27	28
脳トレ	クラフト	ゲーゴロゲーム	ゲーゴロゲーム	DVD鑑賞	DVD鑑賞	DVD鑑賞
29	30	31	壁面作り			

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

### 3月のお菓子販売

3月 12日(木)  
13日(金)  
14日(土)  
15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

### 郷土料理 紹介！(広島県)



## 初詣



## 節分(2/3)



## 壁面作り

