

あんずだより

3月

2025年2月25日

各務原病院 デイケアあんず

【春野菜はなぜ苦い？】

春になると目にする、山菜。「苦味で春を感じる」という方も多いのではないのでしょうか。苦みの元になっているのは、「植物性アルカロイド」という成分。腎臓機能を向上させ、老廃物を体外に排出してくれます☆

★活動報告★

〈リアル野球盤〉

- 野球をやっているみたいでおもしろかったです！
- たくさん点が入ったとき盛り上がり楽しかった！

〈茶道〉

- おいしいお茶で心も体も温まりました！
- 初めてでしたが昔やったのを思い出しました、丁寧にできてよかったです◎

〈以心伝心〉

- 難しいお題もあったが色々なお題が沢山でとても面白かった！
- たくさんの人と心が通じ合って嬉しかったです♡



★活動の様子★

【絵手紙】

“金衣公子”描きました🌸



【革細工】

バスルームプレートです お洒落～🛁



日	月	火	水	木	金	土
2	3 卓球 カラオケ	4 自分時間 モルック	5 名句会 ラダーゲッター	6 大人の塗り絵 ストレッチ	7 卓球バレー 「ウマ娘プリティダービー 新時代の扉」	1 8
9	10 ポッチャ カラオケ	11 書道 カローリング	12 以心伝心 カレンダー作り	13 ボーリング大会 ポッチャ	14 ストラックアウト 「ハリー・ポッターと死の秘宝PART1」	15
16	17 カードゲーム大会 カラオケ	18 エアロビ 調理	19 コラージュ 筋トレ双六	20 春分の日	21 自分時間 上羽スペシャルPART3 “防災センターへ行こう”	22
23	24 コーンホール カラオケ	25 バステルアート クップ	26 テーブルゲーム大会 卓球バレー	27 散歩 華道	28 脳トレ 「ビートルジュース・ビートルジュース」	29
30	31 体力測定 カラオケ					

3月27日(木)は散歩プログラムを予定しています。雨天の場合は室内でエアロビ等を行います。動きやすい服装や運動靴の着用をお願い致します(*^^)v

★連絡事項★

*参加する時は、自宅にて検温し体調を確認してから参加下さい。体調不良の場合、参加はご遠慮下さい。

*参加人数の確認が必要なプログラムが多くあります。必ず出席確認表や掲示物にチェックや記名をお願いいたします。

*プログラム内容は、天候や参加者数などで変更となる場合もあります。

*送迎バスや食事の都合上、遅刻や欠席の場合はご連絡をお願い致します。

★今月の目標

★防災に関する意識を高めよう(*´`*)👍*

★参加日に合わせて体調を整えよう(´・ω・`)

