

# デイサービスセンター ひだまり

下津町方498-25  
TEL073-493-3300



## 行事紹介

5月から、スマイル体操(表情筋トレーニング)がはじまります。  
表情筋を鍛える事により、血流がよくなり、脳が活性化され、認知症の予防などにつながります。  
ひだまりでは、表情筋体操を実施し病気の予防につとめていきます。  
また、昼食後の時間を使い、カルタや編み物をし、楽しんでいただきます。



お試し料金550円にて随時受付中!!  
自立の方もご利用できます。  
利用時間も相談にのります(昼から等)  
お気軽にお電話ください



## 5月の楽しい行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	スマイル体操	カラオケDAY	書道	散髪 端午の節句	指先トレーニング	鯉のぼりドライブ
8	9	10	11	12	13	14
	喫茶ひだまり	お買い物 (松源箕島)	菖蒲祭り ひだまり御膳	スマイル体操	いなり寿司作り	フラワーアレンジメント
15	16	17	18	19	20	21
	お誕生日会	3B体操 カレー作り	書道	指先トレーニング	カーリング	かわり湯 スマイル体操
22	23	24	25	26	27	28
	風船バレー	ミニ運動会	散髪 喫茶ひだまり	お買い物 (松源下津)	音楽療法	指先トレーニング
29	30	31				
	かわり湯 映画クラブ	スマイル体操				

徐々に蒸し暑くなってきました!水分はこまめに摂って、脱水には気をつけましょう☆

デイサービスセンターひだまり

TEL 073-493-3300