



仲まち新聞 122号

ピアノ鑑賞会



今月もピアノ鑑賞会を開催させていただきました♪感染対策を万全に行われました📺
リラックス出来、ゆったりとした時間を過ごす事ができました♪



遅めの初詣♪石鏡神社にお参りに
いきました♪帰りには咲き出した
ばかりの梅の花を見る事が出来て
ラッキーでした♥

Happy Birthday

2月は5名の方がお誕生日でした●
※仲まちでは2月生まれの方が一番多いんです♪
皆様、おめでとうございます♥
これからも仲まちで楽しくすごしていきましょう♪

祝



◆春は自律神経の乱れに注意◆

春是一年のうちで寒暖差が一番大きく、気温の変化に対応するため
身体は交感神経の働きが緊張状態が続きやすくなります。
疲れが溜まりやすくなったり免疫力が下がる、胃腸の働きが落ちる
等、身体の様々なところに支障が出てきます。
規則正しい生活を心掛け、ストレスを溜めない様に過ごしましょう。

毎年恒例!!節分行事



今年も仲まちに鬼がや
ってきました!!
皆で沢山福を呼び鬼退
治!!!!最後は優しい(?)鬼
と記念写真📷

生け花



仲まちの日常です。寒い日が続くので
あまり外には行けず・・・。
施設内で出来る楽しみを増やして過
ごしています。

塗り絵



すごろく大会

