

# 7月のカレンダー

令和6年 土谷サービスセンター大町

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 重鎮運動 ひっぱれ ひっぱれ 【上肢・指運動】 マッサージ	2 セラバンド体操 お楽しみゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	3 棒体操 オリンピック ゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	4 お手玉 ピンポンコップ受 けゲーム 【上下肢・脳活】 マッサージ	5 ボール体操 風船バレー 【上肢の運動】	6 棒体操 いろいろ投げて みよう 【上肢・頭の体操】 マッサージ
7	8 重鎮運動 書道 【脳の活性化】 マッサージ	9 ボール体操 ひっぱれ ひっぱれ 【上肢・指運動】	10 棒体操 魚釣り ゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	11 お手玉 ピンポンコップ受 けゲーム 【上下肢・脳活】 マッサージ	12 ボール体操 うちわで あおいで 【上肢・頭の体操】 マッサージ	13 重鎮運動 風船テニス 【上肢の運動】 マッサージ
14	15 お手玉 オリンピック ゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	16 棒体操 いろいろ投げて みよう 【上肢・頭の体操】 マッサージ	17 ボール体操 ピンポンコップ受 けゲーム 【上下肢・脳活】 マッサージ	18 重鎮運動 風船バレー 【上肢の運動】 マッサージ	19 セラバンド体操 脳トレ クイズ大会 【脳の活性化】 マッサージ	20 ボール体操 うちわで あおいで 【上肢・頭の体操】 マッサージ
21	22 ピアノと歌の コンサート 【脳活性化】 マッサージ	23 ボール体操 ピンポンコップ受 けゲーム 【上下肢・脳活】 マッサージ	24 重鎮運動 いろいろ投げて みよう 【上肢・頭の体操】 マッサージ	25 セラバンド体操 魚釣り ゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	26 棒体操 お楽しみゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	27 レレパラダイス (ボランティア) マッサージ
28	29 ボール体操 お楽しみゲーム 【上肢の運動】 マッサージ	30 重鎮運動 うちわで あおいで 【上肢・頭の体操】 マッサージ	31 重鎮運動 風船テニス 【上肢の運動】 マッサージ			

## お誕生日おめでとうございます

●●様

いつもおしゃれで、ステキな●さん♥  
負けん気も人一倍ですね。これからも体調の  
ご機嫌を取りながら、楽しい時間を過ごしましょう。

●●様

話題と知識が豊富なお話でいつも楽しませて頂いています。  
転倒なく過ごせるよう、これからもリハビリ頑張っ  
ていきましょうね。

●●様

笑顔がステキな●さん！ 体調が良い時は頑張って  
リハビリや体操に取り組まれていますね。  
元気に過ごす為に、無理なく身体を動かしていきましょうね！

●●様

いつも体操やリハビリ頑張られていますね!!  
これからもご自宅の階段、元気に上れるように  
一緒に体動かしましょうね！

●●様

お会いする度に元気になられていますね!!  
今年も暑いようですので、しっかり食べて、しっかり動き、  
しっかり笑って乗り切りましょう♥

●●様

いつも優しい笑顔でお話を聞いて下さる、聞き上手な●さん。  
つつい話し込んでしまいますね(笑)暑い夏がやってきます。  
体調に気を付けながら無理せず、楽しく過ごしましょう。

元気に楽しい一年を過ごしましょうね

### 《 7月の催し・レクリエーション 》

※レクリエーションを予定しておりますが、その日の都合で、変更になる場合がありますので  
ご了承ください。

※22日(月)「歌とピアノのコンサート」があります。面白いトークと色気と迫力のある  
歌声が楽しみです。

※27日(土)「レレパラダイス」今回初めて来てくださいます。  
ウクレレとフラダンス、それに歌声も披露して下さいます。  
素敵な夏の気分が味わえますね。

◎ 興味がある方は、ぜひ追加でのご利用お待ちしております！



# 6月の皆さんの笑顔フォト



6月の壁飾りは「一寸法師」です。困難を乗り越え、人々に勇気を与える物語です。皆さんと楽しく作りました。

今月も、皆さんの素敵な笑顔がたくさん見せて頂きました。

今月も沢山のボランティアの方々に来て下さいました。ギターやハーモニカ、踊りに折り紙教室まで、皆さんと楽しめました。

