

みなと通信 2月

(有)ミナト交通 2020, 1, 31, 発行 No.50
でいサービスみなと(生活介護・日中一時)
神栖市土合南 2-1-21-1
電話:0479-48-0300
FAX:0479-48-5187



新年を迎え、早くも1ヶ月が経ちました。帰りの会の歌も一変し毎日楽しく歌っています。
曲:明日があるさの歌詞をみなとバージョンにし、『♪怒ったっていい~泣いたっていい~でも最後は笑いましょう~』と替えて歌っています。今年も利用者様とたくさんの思い出を作りながら、楽しく前に進んで行きたいと思います。



鹿島神宮へ初詣に行きました!



天気の良い初詣日和でした♥



神使の鹿さんに
エサをあげました。
モリモリと食べて
いました。



何のお願いをしたのかな?



かみす福祉まつり

~みんないっしょ 楽しもうよ~

- 日時:令和2年2月15日(土)
午前10時~正午
- 場所:神栖市保健・福祉会館 別館
舞台発表・物品販売・カフェスペース
皆様にご来場をお待ちしております♥



2月の予定

- 節分●鬼倒しゲーム
- かみす福祉まつり
- 外食(野外活動)
- ※音楽活動(月・木)運動活動(水・金)
制作活動(火)をおこなっています



2月のヨガ教室は**25日(火)**です。
皆様の参加をお待ちしております。

1月のみなとさん



みなと恒例！福笑い
顔のパーツを
ペタペタ貼ったよ！



壁面制作『ダルマ』
いろんな表情をした
ダルマがたくさん！



みなと画伯



多彩な色を使って
描きました！
素敵ですね♡

今月の笑顔さん

最高の笑顔★



優しい笑顔♡



今月の1コマ



バレンタイン
僕にちょうだい★

チョコを食べるの
だ〜い好き♡

看護師からのひとこと

腸内環境を高めて免疫力を上げるポイント

- ① 早寝早起き
 - ② 朝食をしっかり食べる
 - ③ 水分をしっかり取る
 - ④ 食物繊維が多い食品を食べて腸内環境を整える海藻類、根菜、味噌、ぬか漬、納豆、キムチ、果物、ヨーグルト等
 - ⑤ 適温のお風呂にゆっくり入る
 - ⑥ 適度な運動
- 免疫力をアップして風邪や花粉症に備えていきましょう。

