



清流の里 便い



清流の里 空き情報！！

令和 7 年 4 月号

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|
| ◎ | ○ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ |

現在、どの曜日も利用可能となっております！ 一日無料体験実施中です！！

暖かな春の日差しが心地よい季節となりました。さくらも咲き始めいよいよ春本番です♡
最近の清流の里では、天気の良い日には外へ散歩に出かけています。

屋外活動



外へ出ると、四季の景色、風や香り、音や歩く感触などの五感がすべて刺激されます！！体を鍛えて強くなるのと同じように、脳もいろいろな刺激を受ける事で活性化します。

馴染みの利用者様と一緒に話しながら、アスファルトの上や坂道、段差のある所など注意しながらの歩行訓練。良い気分転換になっていると思います。

ボランティア



にこにこ隊(JA 女性部)



なでしこの会(大正琴)



いきいき楽楽楽

毎月、いろいろなボランティアの方が来訪されます。JA 女性部の『にこにこ隊』は 3 班で順番にみえます。御近所の方がみえたりし、知り合いに会え、喜ばれています。『いきいき楽楽楽』は飯沼様お一人で手品や楽器演奏、旗揚げや皿回しなど何でも出来ます♪職員も一緒になって楽しめます♡『なでしこの会』は年に 1 回ですが、大勢での大正琴の演奏は迫力があります!!最近では、利用者様によるハーモニカとギター演奏で皆さん一緒に歌って楽しむ会もありました。4 月も色々と計画中です・・・♡お楽しみに～☆

清流の里レクリエーション予定表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|--|--|--|---|---|---|
| | <div>1</div> <div>紅白歌合戦</div> <div></div> | <div>2</div> <div>ひざ思い体操</div> <div></div> | <div>3</div> <div>脳内 トレーニング</div> <div></div> | <div>4</div> <div>音健うた体操 世界に一つ だけの花～♪</div> <div></div> | <div>5</div> <div>健康教室 水虫について</div> <div></div> | <div>6</div> <div>休み</div> <div></div> |
| <div>7</div> <div>お買い物🛒</div> <div>体を使った 脳トレ</div> <div></div> | <div>8</div> <div>ボランティア にこにこ隊 C班</div> <div></div> | <div>9</div> <div>数身体操 作品作り</div> <div></div> | <div>10</div> <div>お手玉遊び 書道教室</div> <div></div> | <div>11</div> <div>ボランティア いきいき音楽楽 (らうら)</div> <div></div> | <div>12</div> <div>紅白歌合戦</div> <div></div> | <div>13</div> <div>休み</div> <div></div> |
| <div>14</div> <div>お買い物🛒</div> <div>数身体操 女子力 UP</div> <div></div> | <div>15</div> <div>健康棒体操</div> <div></div> | <div>16</div> <div>ワンバウンド ポイントゲーム</div> <div></div> | <div>17</div> <div>ペットボトル ボーリング</div> <div></div> | <div>18</div> <div>カラオケ</div> <div></div> | <div>19</div> <div>体を使った 脳トレ</div> <div></div> | <div>20</div> <div>休み</div> <div></div> |
| <div>21</div> <div>お買い物🛒</div> <div>ペットボトル起 こし 作品づくり</div> <div></div> | <div>22</div> <div>カラオケ</div> <div>春カフェ♪</div> <div></div> | <div>23</div> <div>脳内トレーニング</div> <div>春カフェ♪</div> <div></div> | <div>24</div> <div>ワンバウンドポ イントゲーム 女子力 UP</div> <div></div> | <div>25</div> <div>カードゲーム 書道教室</div> <div></div> | <div>26</div> <div>清流歌謡ショー</div> <div></div> | <div>27</div> <div>休み</div> <div></div> |
| <div>28</div> <div>お買い物🛒</div> <div>健康教室 水 虫について</div> <div></div> | <div>29</div> <div>昭和の日 お手玉遊び 書道教室</div> <div></div> | <div>30</div> <div>ボランティア ハーモニカと ギターで唱歌を 歌いましょう♪</div> <div></div> | <div></div> | | | |

・お口のリハビリ・・・口腔機能の維持・改善 摂食・嚥下機能の維持・改善

・頭のリハビリ・・・認知症予防 記憶や注意力の維持

・体のリハビリ・・・日常生活を快適にする 健康維持 体力アップ 転倒予防

・手先を使ったリハビリ・・・手指の動きの向上 注意力向上 認知症予防

・趣味のリハビリ・・・心身の健康や生きがい創出になる リラックス効果 社会参加 生活の質の向上

4月の予定

★4月22日23日に春カフェを行います ♪ 昨年好評だった『ズイン・ア・ラモード』をバージョンアップ!!

おやつに提供したいと思います♡お楽しみに・・・♪

★作品づくりでは春ならではの製作を取り入れたいと思います。

折り紙を使ってチューリップの飾りを作ります!! お部屋に飾ると

雰囲気は一気に春で～す♡皆さん一緒に作しましょう♪

