



## 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お話ししながら、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)

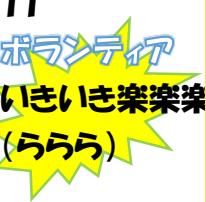
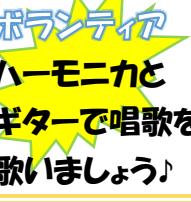
### なでしこの会(大正琴)



### 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、旗揚げや囃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
	1 紅白歌合戦 	2 ひざ思い体操 	3 脳内 トレーニング 	4 音健うた体操 世界に一つ だけの花～♪ 	5 健康教室 水虫について 	6 休み
7 お買い物 体を使った 脳トレ 	8 ボランティア にこにこ隊 C班 	9 数数字操 作品作り 	10 お手玉遊び 書道教室 	11 ボランティア いきいき楽楽楽 (うらら) 	12 紅白歌合戦 	13 休み
14 お買い物 数数字操 女子力 UP 	15 健康棒体操 	16 ワンバウンド ポイントゲーム 	17 ペットボトル ボーリング 	18 カラオケ 	19 体を使った 脳トレ 	20 休み
21 お買い物 ペットボトル起 こし 作品づくり 	22 カラオケ 春カフェ♪ 	23 脳内トレーニング 春カフェ♪ 	24 ワンバウンドボ イントゲーム 女子力 UP 	25 カードゲーム 書道教室 	26 清流歌謡ショー 	27 休み
28 お買い物 健康教室 水虫について 	29 昭和の日 お手玉遊び 書道教室 	30 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♪ 				

・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22日23日に春カフェを行います✿ 昨年好評だった「プリン・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♡ 皆さん一緒に作りましょう♪

