



# 清流の里 便り



清流の里 空き情報！！

令和8年10月号

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

ご利用についてはご相談ください。  
一日無料体験も実施中です。  
お気軽にご相談下さい！！

9月21日(月)は、敬老の日でしたが、清流の里では21日に敬老会を行いました！  
節目の方に表彰状をお渡しさせていただきました。  
また、みなさまに楽しんでいただける、紅白旗あげ、職員による腹話術を  
披露させていただきました☆



## 敬老会の様子



敬老会にて、  
表彰状をお  
渡しさせて  
いただきました！



節目を迎えられた  
みなさまおめでと  
うございます

JA いび川  
デイサービスセンター清流の里  
〒501-0619  
揖斐郡揖斐川町三輪 2439-1  
TEL 0585-21-3666  
FAX 0585-21-3667

# 清流の里レクリエーション予定表

月 火 水 木 金 土 日

|                                                                                                                 |                                                                                                              |                                                                                                            |                                                                                                               |                                                                                                  |                                                                                                     |          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|                                |                                                                                                              |                                                                                                            | 1<br>みんなで<br>リラックス<br>体操                                                                                      | 2<br>歌って<br>しなやか<br>ストレッチ                                                                        | 3<br>かんたん<br>筋力 UP                                                                                  | 4<br>休み  |
| 5<br>お買い物🛒<br>指先使って<br>脳トレ<br> | 6<br>体力アップ<br>足踏み体操<br>書道教室                                                                                  | 7<br>ボランティア<br>ハーモニカと<br>ギターで唱歌を<br>歌おう！！                                                                  | 8<br>どんたパン<br>体操<br>女子力 UP                                                                                    | 9<br>カラオケ<br> | 10<br>ボランティア<br>どじょうすくい                                                                             | 11<br>休み |
| 12<br>お買い物🛒<br>カラオケ                                                                                             | 13<br>ぐるぐる<br>アップアップ<br>運動<br>女子力UP                                                                          | 14<br><br>清 流<br>運 動 会    | 15<br>タオル<br>ゴシゴシ<br>体操                                                                                       | 16<br>ボランティア<br>にこにこ隊<br>C 班                                                                     | 17<br>みんなで<br>体調チェック<br>体操                                                                          | 18<br>休み |
| 19<br>お買い物🛒<br>お手軽<br>体幹<br>トレーニング                                                                              | 20<br>ボランティア<br>お手玉の会<br> | 21<br>かんたん<br>筋力 UP<br> | 22<br>ボランティア<br>オカリナ落語<br> | 23<br>恋のバカンス<br>うた体操<br>書道教室                                                                     | 24<br>カラオケ<br> | 25<br>休み |
| 26<br>お買い物🛒<br>どんたパン<br>体操                                                                                      | 27<br>健康教室<br>(皮膚の乾燥に<br>ついて)                                                                                | 28<br>みんなで<br>体調チェック<br>体操                                                                                 | 29<br>歌って<br>しなやか<br>ストレッチ                                                                                    | 30<br>タオル<br>ゴシゴシ体操<br>女子力 UP                                                                    | 31<br>心と体の<br>ゴリゴリ解消                                                                                |          |

※清流の里では 9:00～12:00 に機能訓練を実施しています。

| 口のリハビリ                    | 頭のリハビリ             | 体のリハビリ             | 手先のリハビリ                   | 趣味のリハビリ                    |
|---------------------------|--------------------|--------------------|---------------------------|----------------------------|
| 口腔機能維持・改善<br>摂食・嚥下機能維持・改善 | 認知症予防<br>記憶・注意力の維持 | 健康維持・体力アップ<br>転倒予防 | 注意力向上<br>認知症予防<br>手指の動き向上 | 心身の健康<br>生きがい創出<br>リラックス効果 |

🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟 10月の予定 🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟🎃👻🍂🌟

10月14日(水)に、運動会を行います！

また、14日、15日は中学生の子たちが職場体験に清流の里に来てくれます🌟14日の運動会は中学生の子たちも一緒に参加していただく予定です！みなさんと体を動かしながら楽しい運動会にしたいですね👏  
27日に健康教室も予定しています。