

清流の里　便り



令和８年11月号

清流の里　空き情報！！

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!!



10月14日(水)は、清流の里で運動会を行いました！
今年の競技は、ポテト投げとハンバーガー送りでした☆どんな競技！？と
なるかもしれませんが、ぜひ運動会の様子の写真をご覧ください！
手作りのポテトを投げて何本入るか競ったり、レタスとチーズをはさんだ
ハンバーガーをどれだけ落とさず送れるかを競いました。今年は白団が優勝しました 👑

運動会の様子










みなさんの笑顔がみられました






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
11月						1 休み
2 お買い物 ボランティア にこにこ隊 B班	3 足元しっかり 下肢の運動	4 ボランティア ハーモニカと ギターで唱歌を 歌おう！！	5 リズムにのって 脳活体操 書道教室	6 カラオケ 	7 脳トレ じゃんけん チャレンジ	8 休み
9 お買い物 みんなで リラックス体操	10 下肢もバッチリ 筋トレ体操 書道教室	11 ソーラン節で どっこいしょ 体操	12 五感を 刺激する 体操 	13 お手軽 体幹 トレーニング	14 みんなで 体調チェック 体操	15 休み
16お買い物は お休み 健康教室 （皮膚の乾燥について）	17 リズムにのって 脳活体操	18 もみじカフェ	19	20 脳トレ じゃんけん チャレンジ 女子力UP	21 足元しっかり 下肢の運動	22 休み
23お買い物 カラオケ 30お買い物 ソーラン節で どっこいしょ体操	24 にぎって つまんで 握力体操	25 五感を 刺激する体操	26 健康教室 （皮膚の乾燥について） 書道教室 	27 下肢もバッチリ 筋トレ体操	28 カラオケ 	29 休み

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 摂食・嚥下機能維持・改善	認知症予防 記憶・注意力の維持	健康維持・体力アップ 転倒予防	注意力向上 認知症予防 手指の動き向上	心身の健康 生きがい創出 リラックス効果

11月の予定

11月18日(水)、19日(木)はもみじカフェを行います！いつもと違ったお菓子や飲み物を準備させていただきます！体が冷える日も増えてきました。体も温まる飲み物を飲んでいきませんか？ぜひ、楽しみにしていてください！

【お知らせ】 11月16日(月)のお買い物はお休みです。