

気温の高い日が増え、桜も葉桜となり心地よい風と共に春の訪れを感じることができます。藤の花やハナミズキが咲き始めて街並みを彩り、気候も穏やかで過ごしやすい季節です。あさがおでも春を感じられるこの時期は外で体操を行ったりと色々イベントを考えています。コロナや胃腸炎、百日咳の感染症も流行しています。食事や睡眠を整えて体調管理を行いましょ。感染対策も継続しておりますので安心して元気にあさがおにおいで下さい。

## 誕生日会

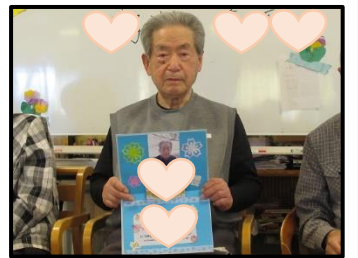


4月18日(金)19日(土)に、4月の誕生日会を行いました。

今回は12名の方が誕生日を迎えられました。

**おめでとうございます！！**

いつまでもお元気にお過ごし下さい



## 通所リハビリテーション&お花見

4月4日(金)~9日(木)に通所のお花見イベントを行いました。桜の木の下で記念撮影を行い、外の庭に出て介護予防トレーニング(体操)を行っています。陽気も暖かくなり、春の風を感じながら身体を動かすことができました。桜の開花後、雨が続いていましたが無事にお花見イベントを行うことができました。普段とは違う雰囲気で行うことができ、音楽をかけてボールや輪投げ、紅白玉を使って体操を行っています。季節感を感じることができ、充実した時間を過ごすことができました。



## 通所お楽しみ会

3月26日(水)、27日(木)に通所お楽しみ会を行いました。エビカニクス体操(エビとカニのポーズを用いたエアロビ体操)で体を動かし、ボンボンタオル乗せゲームを行っています。ゲームではカラフルな綿のボンボンをスプーンの上に乗せて弾き、タオルの上ですべて載せた速さで順位を決めます。指先を沢山動かしながらテーブルごとに皆で協力して進みました。おやつにはプリンと羊羹、フルーツカクテルを食べて運動後の疲れを癒し、楽しい時間を過ごすことができました。



## 5月のイベント

☆ 誕生日会 5月13日(火) 14日(水)

