



第202号 令和6年5月号発行
 オアシス千歳デイサービスセンター
 編集者 長束 村岸

新緑の美しい季節になりましたね。5月の朝晩は、暖房が必要になるほど冷え込む日もあれば、半袖で過ごせる暖かい日もあるなど、気温が大きく変動しやすい時期です。自律神経の乱れから疲れやだるさを感じる「5月病」の症状が出る事があります。朝食をしっかり食べ、太陽光を浴びる、適度な運動を取り入れるなど「5月病対策」をして、気持ちよく5月を乗り越えましょう！



の予定



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ピン球ビンゴ	テーブルカーリング	くじ引きdeポン	おじゃみキャッチ
5	6	7	8	9	10	11
	あおいで合戦	タオルでシュート	ぼーるdeダーツ	ピンポンホッケー 外歩きリハビリ	輪投げ	カラオケ
12	13	14	15	16	17	18
	カラオケ	カレンダー製作	職員によるお楽しみ会	カレンダー製作	カレンダー製作	カレンダー製作
19	20	21	22	23	24	25
	カレンダー製作	食事レク くじ引きdeポン	カレンダー製作	習字	習字	ぼーるdeダーツ
26	27	28	29	30	31	
	ボトルキック	バターゴルフ	ストラックアウト お楽しみおやつ	あおいで合戦	カラーボールダリング	

体重測定・・・月初めに行います。お風呂の日・・・毎月26日は、入浴剤入りのお湯でリラックスしてくださいね☺

*買い物リハは一日の可能人数に限りがあり、ご希望がある場合はご相談させていただきますのでご了承ください。

レクリエーションの内容は変更となることもあります。

空き状況

	月	火	水	木	金	土
デイサービス	要相談	要相談	要相談	2	要相談	2
リハビリ	要相談	4	要相談	1	2	要相談
基準緩和 デイサービス		1				

☆空きがある場合がございます。まずはお気軽にお問い合わせ下さい。

体験利用は無料です。
 見学も大歓迎ですので
 お気軽にお立ち寄り下さい♪

住所 伊丹市中央4-5-6
 電話番号 072-771-8701
 担当者 松川・森・松本



ホームページはこちら！

オアシス防災講座

災害はいつ起こるかわかりません。普段からの意識づけが、とても大事。



頭を守る！！



このマークの場所へ逃げます。



エコノミー症候群の予防体操を紹介

『ふれあい書道』



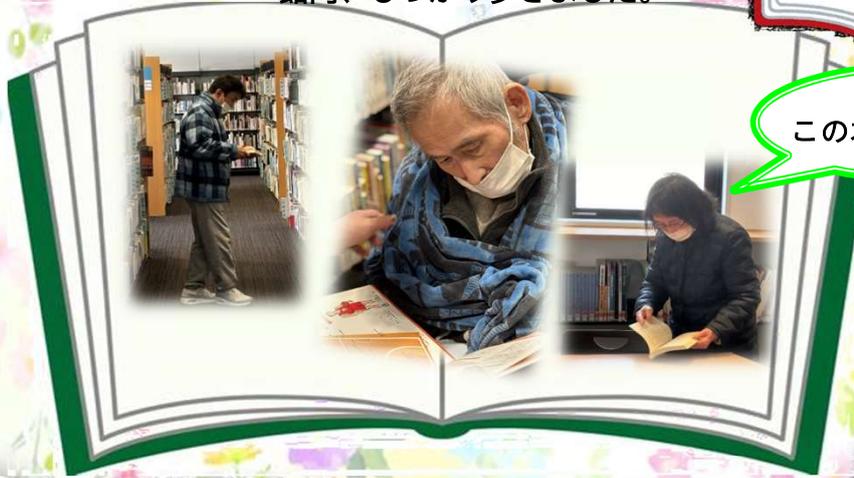
これからも書き続けますよ！！

今回、2名の方が賞をいただきました！『お習字』は、人気の高いレクのひとつです☆

あちこち お出かけイベント

興味のある本を探して、行ったり来たり。館内、しっかり歩きました。

ことば蔵



この本、借ります！！



さくら

満開です♪

さくらを満喫！

花びらに触れるかなあ。