



雪が降る日も珍しくなく、冷え込みが厳しくなってきましたね。今月のデイ通信は1月に行われ  
ました初詣と新年会の様子をお届け致します。初詣では護国神社へ2日間に渡ってお詣りに行き、  
おみくじも引いて今年一年の健康を祈願してきました！来年もまた元気にお詣りできるように  
しましょうね♪新年会では久しぶりに日舞のボランティア様が来られて華麗な踊りを見た後に職  
員による余興で楽しみました。2月も楽しい行事を予定しております。ご参加お待ちしております

### 難読地名クイズ

難読地名クイズ！今回は八代の難読地名で出題  
です！！  
ぜひ読めるか挑戦してみてください(-)-☆

- 1 鶴喰
- 2 原女木
- 3 豊原

### 今月の目玉イベント

- 2日 シネマ & 書道教室
- 9日 料理の鉄人
- 16日 トレッキングツアー
- 19日 ギターで演奏会
- 23日 2月合同誕生会

### ワンポイントアドバイス

冬場の洋服の着こなしや体の保温  
○厚着の季節は危険度もアップ！  
冬はボリュームのある服を着れば暖かいと思いがちですが、厚着によりさらに行動が制限されて転倒のリスクが高まります。  
○効果のある着こなし！  
「ピタッ」と「ゆったり」をうまく組み合わせ  
て保温性がアップします。肌に触れる下着は身体にフィットして、吸湿性の良いもので襟元も詰まったものが好ましいでしょう。  
○首のほか、手首、足首も温めポイント！  
皮膚が薄いので暖めると血液も温まり、全身に流れて体も温まります。  
レッグウォーマーやネックウォーマーなどを上手に使いながら、動きやすく効率のいい保温を心がけましょう。

看護師 白石

日	月	火	水	木	金	土	
1	<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px;"> <b>新型コロナ感染対策について</b>                      新型コロナ感染対策として引き続き、手洗い・マスク着用をお願い致します。またインフルエンザの流行期にもなっております。送迎時同居ご家族の体調を確認させて頂いております。感染防止の為、ご協力お願い致します。                 </div>					1	お休み
2	3	4	5	6	7	8	お休み
シネマ & 書道教室	難読地名クイズ	しりとり・算数	社会・言葉遊び	しりとり・算数	言葉遊び・算数		お休み
	鬼退治	輪投げ	キックボクシング	キックボクシング	キックボクシング		
9	10	11	12	13	14	15	お休み
料理の鉄人のみずせ ミシュランの星 ★★★	しりとり・算数	難読地名クイズ	言葉遊び・算数	言葉遊び・算数	難読地名クイズ		お休み
	ベタンク	ベタンク	スリッパ飛ばし	スリッパ飛ばし	スリッパ飛ばし		
16	17	18	19	20	21	22	お休み
トレッキングツアー	社会・言葉遊び	社会・言葉遊び	難読地名クイズ	しりとり・算数	しりとり・算数		お休み
	ダーツ	ギターで演奏会	frisbee	frisbee	frisbee		
23	24	25	26	27	28	HAPPY VALENTINE'S DAY!	
2月合同誕生会	間違え探し	言葉遊び・算数	言葉遊び・算数	難読地名クイズ	間違え探し		
	魚釣り	魚釣り	ベタンク	ベタンク	ベタンク		

