

みねのさと
通信

2018/6月

第103号

発行日 平成30年6月発行

まちのコミュニティーセンター



みねのさと

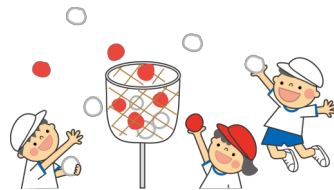
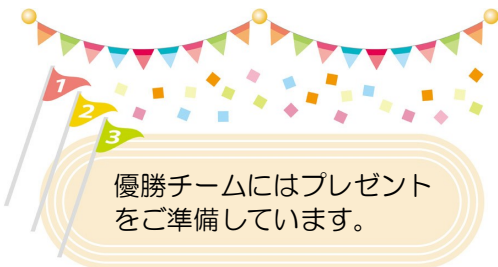
mine no sato



曜日対抗 運動会

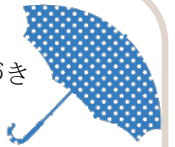
6月、梅雨の季節がやってきました。どんよりした空を見ているとついつい気分が滅入ってしまいがちですが、道端のあじさいがまるで水彩画のように雨ににじんで輝いている姿を眺めていると雨もいいものです。

6月には祝日がありませんが、みねのさとでは、室内にて「曜日対抗運動会」を行いたいと思います。行事は盛りたくさんなので、雨につられて憂鬱になっているヒマなんてないですね。梅雨の季節を楽しみましょう♪



水無月

みなづき



旧暦の6月は酷暑の最中。水も枯れ尽きる様子から水無月と呼ばれます。

6月の 誕生花

百合

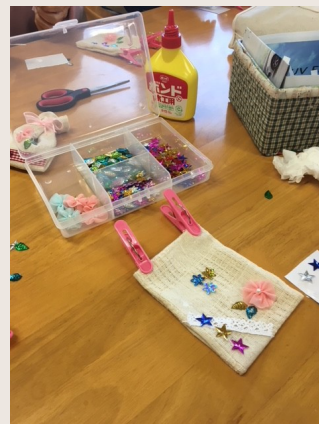


花言葉
白「純潔」
黄色「飾らぬ愛」

🍓 5月の報告 🍓



五感咖
「書道教室」



五感咖
「小物づくり」

五感咖 「季節の絵葉書」



デイサービスセンター みねのさと

四季を感じるデイサービス



五感サロンの想い

感性豊かな小さなころからの記憶 五感で感じるにっぽんの暮らし
季節を感じながら楽しかった思い出を
昔あった大家族のような温かい「場」をみんなで共感できる
「五感サロン」で再現していきます



今日の体操テーマ曲

りんごの唄
てんとう虫のサンバ



今日の口腔体操

雨
夏は来ぬ

今日のお誕生日



お誕生日おめでとうございます

19日♡ N様 (85歳)
25日♡ S様 (70歳)

おたんじょう日

今日の理美容



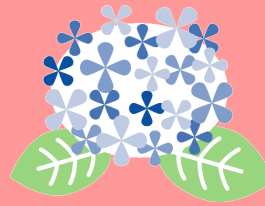
ご予約制

※5日前迄にご予約下さい
※ご利用時間4時間以上の方対象

6月 8日 (金) 午後
6月 26日 (火) 午後

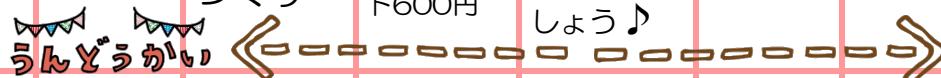
ご希望の曜日があれば
随時調整します。

五感サロン 6月



日 月 火 水 木 金 土

					1 小物 づくり	2 書道 教室
3	4 季節の 絵葉書	5 おやつ レク	6 避難 訓練	7 音楽を 楽しもう♪	8 シャン ソン	9 みんな でレク
10	11 気功	12 小物 づくり	13 フラワーア レンジメン ト600円	14 懐かしい 唄を歌いま しょう♪	15 おやつ レク	16 呼吸法と 瞑想
17	18 加ダ - づくり	19 呼吸法 と瞑想	20 ハンド マッサ ージ	21 リズム 体操	22 脳トレ 遊び♪	23 健康 体操
24	25 書道 教室	26 気功	27 折り紙	28 健康体操	29 お楽し みレク	30 やさしい ヨガ



※サロン内容はスタッフ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。



まちのコミュニティーセンター

みねのさと

mine no sato

無料体験募集中



www.minenosato.com

ホームページもリニューアルいたしました！



無料体験会員募集中



地域の方 介護されているご家族さま対象の体操教室もできました！



体操教室 genko

14:00~14:45

1回 500円

登録制

休日：木・日・祝日

毎週木曜日

登録制

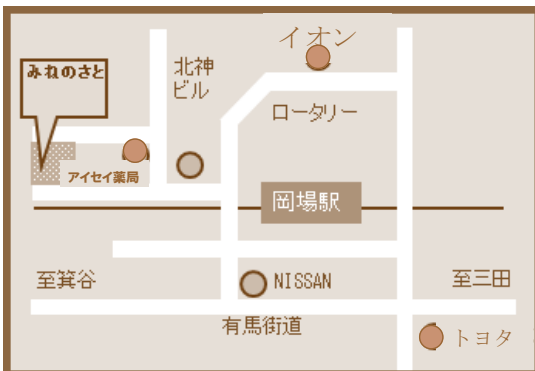
祝日休

月	火	第1・3水	木	金	土
介護予防& 楽々いき いきコース	呼吸法と シニアヨガ	マインド フルネス 健康体操	休	呼吸法と シニアヨガ	介護予防& 楽々いき いきコース

中高年の方対象の健康教室です。体に不調がある方 生活習慣病の予防 体重が増加ぎみの方 夜眠れない方 自律神経のバランスが崩れやすい方 運動不足の方 介護疲れの方 に有効です！

シニア 気功 6/21 (木)	第3木曜日(祝日休) 10:00~11:15 毎月開催 1000円/回	気功はストレスの緩和・自律神経のバランスを整え、心身ともに楽になります。さらに中高年の足腰を鍛え、転倒予防につながります。
母と子の 憩いの 体操教室 6/14 (木)	第2木曜日(祝日休) 10:00~11:30 毎月開催 1000円/回	産後1ヶ月-1年半の方(妊娠中の方も) 妊娠・出産で緩んだ骨盤底筋などひきしめ、また母乳の分泌をよくするような体操をします。産後の不安・育児の不安など助産師による相談も可能です。

お問い合わせ 078-987-0128



デイサービスセンターみねのさと

〒651-1302 神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号 TEL078-987-0128 FAX078-959-6377