

みねのさと
通信

2019/12月

第121号

発行日 令和元年12月発行

足のリハビリに特化したデイサービス



げんこう

GENKO

3時間コース

年末年始のお知らせ

●年末年始のおしらせ
12/29(日)~1月3日(金)の間、
休業させていただきます。

今年も大変お世話になりました。
来年もどうぞよろしくお願
いいたします。



遠赤外線脚温器



足元が冷える季節に
なりました。

げんこうではふくらは
ぎ健康法以外のサービ
スで、トルマリン鉱石入
りの「遠赤外線脚温器
を導入しています。

効果としては、血行促
進・リラクゼーション
効果入眠効果・むく
み・デトックス免疫
力向上にもなります。
どうぞご利用ください。

12月

ふくらはぎ健康法
五感フル活トレーニング

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ふくらはぎ 五感フル活	3 機能訓練 五感フル活 +体力測定	4 ふくらはぎ 五感フル活	5 機能訓練 五感フル活 +体力測定	6 ふくらはぎ 五感フル活	7 機能訓練 五感フル活 +体力測定
8	9 機能訓練 五感フル活 +体力測定	10 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	11 機能訓練 五感フル活 +体力測定	12 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	13 機能訓練 五感フル活 +体力測定	14 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ
15	16 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	17 機能訓練 五感フル活 +筋トレ	18 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	19 機能訓練 五感フル活 +筋トレ	20 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	21 機能訓練 五感フル活 +筋トレ
22	23 機能訓練 五感フル活 +筋トレ	24 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	25 機能訓練 五感フル活 +筋トレ	26 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ	27 機能訓練 五感フル活 +筋トレ	28 ふくらはぎ 五感フル活 +筋トレ
29	30 休業	31 休業	1/1 休業	1/2 休業	1/3 休業	1/4 営業開始

今日の
アロマセラピー
~嗅覚からの脳活性~

ユーカリ
オーストラリア

樹木系。気分転換したい
ときや集中したいときにお
すすめの、すっきりとした香
り。

原料:ユーカリラジアータetc.



今日のお誕生日

お祝い

+お誕生日+
+おめでとう+

6日♡D様(84歳)