



元 氣 通 信



平成27年3月号
元気館発行



デイサービスセンター きれんげ元気館 TEL 0854-83-7091

長い冬が終わり、だんだんと暖かくなり様々な花が彩る季節となりました。桜の開花が待ち遠しいですね。元気通信3月号では元気館での取り組みの様子をご紹介しますと思います。

笑 い ヨガ 体操



お茶席



三色団子づくり



捏ねる！ 丸める！ 茹でる！



元気館では在宅での生活を続けられるよう生活機能に着目し様々な取り組みを行っています。今月は三色団子づくりを行いましたよ♪皆さんやっぱり花より団子♪ご自分で作られた団子を嬉しそうに食べておられました！

笑いヨガとは…『笑いの体操』と『ヨガの呼吸法』を組み合わせた運動法です。笑うことで多くの酸素を自然に体に取り入れることで気分が良くなり

元気になります！！

運動効果で心身ともにリフレッシュできます。楽しいですよ！皆さんもぜひ体験してください！

毎月手芸教室と書道教室を行っています！とても人気のある教室です！教室の日を楽しみにしておられます！

春のお彼岸にお抹茶を点てて頂きました。お彼岸という事で…手作りの牡丹餅！あまりの美味しさに笑顔が！

手芸教室 書道教室

