月	火	水	木	金	土
● はおススメイベント です!振替・追加あれ ばお知らせください					1 カラオケ ハンドマッサー ジ
3	4	5	6	7	8
棒体操	体を使おう	お楽しみ に!	頭を使おう	3月のイベ ント日♪	お楽しみ に!
10	11	12	13	14	15
体を使おう	麻雀大会		お楽しみ	カラオケ	頭を使おう
- 31	ボランティア 墨彩画	モルック 棒体操	ic!	ハンドマッ サージ	
17	18	19	20	21	22
イベント食	お楽しみ	体を使おう	カラオケ	頭を使おう	棒体操
ひつまぶし	に!	77	ハンドマッサージ		
お楽しみに! 季節湯 菜の花の湯					
24	25	26	27	28	29
ボランティア 朗読会	理美容	理美容	理美容		5 hall
3 1	誕生日会	カラオケ	体を使おう	麻雀大会	体を使おう
カラオケ		ハンドマッ サージ		棒体操	
ハンドマッサージ	20.54				1701

美樟苑完イケア新聞

ようやく寒波もおさまって、春の訪れを感じれるようになりましたね。

寒さからか、体調を崩される方が1月2月と多かったです。。引き続き感染症に は気を付けて手洗い、うがいをこまめにしていきましょう。



☆バレンタイン企画☆

チョコレートフォンデュをおやつ 作りレクリエーションで実施しま した♪

皆さん美味しいよと好評でした☆

























祝日も営業!

SNS情報 ☆今すぐチェック

● 介護老人保健施設 枚方市養父東町18-30 TEL:072-867-0224

美樟苑 美樟苑









体験お待ちしております!送迎・食事・入浴・リハビリできます!

デイ節分イベント!!

2月3日にイベントを開催しました!鬼は外〜♪福は内〜♪スタッフの赤鬼に皆で豆ではなく、赤玉を投げてもらいました!皆さんに鬼に大喜び。笑顔を沢山いただきました☆







ボランティア

モルック3/12(水) 墨彩画 3/11(火) 朗読会 3/24(月)

13:30~

3月おすすめ デイイベント



3月イベント 3/7 (金)

誕生日会 3/25 (火)

13:30~



麻雀大会

3/11(火)

3/28(金)

13:30~

リハビリちょこっとアドバイスコーナー

<腰痛に悩む方々、『ふともも』にも注目してください>

太ももの筋肉は、骨盤を通して腰に繋がっています。座る時間が長くなると、太もも裏の血流が悪くなり、結果的に腰痛を悪化させていきます。





<腰痛予防体操>

1.伸ばした脚は膝を曲げず、つま先を立てます。

2.目線はご自身のつま先を見ます。

3.両手を合わせて、前脛に沿って手を伸ばします。