

社会福祉法人 近江ちいろば会 中央デイサービスセンターしんあい

2月

住所：湖南市中央4-93

TEL：0748-72-6889

“お一人おひとりの培われた力を大切に”

日	月	火	水	木	金	土
						1 おやつ パーティー
2	3 節分	4	5 誕生日会	6	7 誕生日会	8 ギター 演奏会
9	10	11 子どもさん (ほっこりや)と の交流	12 誕生日会	13	14	15 誕生日会
16	17	18 誕生日会	19	20 誕生日会	21 ミュージック ケア	22
23	24	25 お餅つき	26	27	28	

【今日はどんな一日？ 1年間の目標は？ 私らしくあるために】

まだまだ寒い日が続いていますね。しんあいでは、寒さに負けず、身体を動かし、心躍らせ、お互いに笑い合い、身体も心もポカポカであるように一日一日を大切に過ごしています。

さて、『今日はどんな一日だったか、明日は、明後日は、1年後は、どんな風でありたいか？目標は？』日々に追われてなかなか考える機会はないものですね。

しんあいが新年に新しく始めたこととして、集うみんなで定期的に一日の振り返りと未来に向かって考える時間をもつことがあります。

「今日は〇〇をして楽しかったなあ」「こんな話題で盛り上がったなあ」「まずまずの一日だったから、明日は頑張ろう」などなど。

そして、一年後は「こんな私でありたいな」と目標を決めたり、目標に対して今日はどうだったかな？なんて振り返ったりもしています。

今まで様々な経験をし、人生を歩んで来られた皆さんと伴走できるよう、そして、生きる喜び、日々のやりがいにつながるように

一緒に想いに向かって歩みを重ねていきたいと思ひます。



様子が分かる情報を発信していますので、是非ご覧ください！

ちいろば会
ホームページ



Facebook



Instagram



初詣に行ってきました♪（竜王町苗村神社）

それぞれ思い思いの願いを…

ちょっと遠出をして、わくわくしながら初詣。気候も良く、国宝の立派さに驚きつつも、心も身体も健やかに…



みんなで作り上げた
しんあいスゴロク(^_^)♪

すぐろくのマスには
“にらめっこ”“初恋の人は？”などなど
みんなで考えたお題でたくさん笑顔が
生まれました♪



★ちょこっとアドバイス

しんあいには、機能訓練指導員として、法人内の作業療法士（リハビリ職）が月一回訪問しています。

内容として、根拠ある運動・家でもできる日常のワンポイント運動や、生活機能維持・姿勢・腰の痛みの緩和など…、専門家の目線でアドバイスももらっています。

聞きたい事や気になることがありましたら、お気軽にお伝えくださいね。

