



# 太陽ディ通信

R8.1発行

大寒を迎え、寒さが一段と厳しくなってきました！

温かくしてお過ごしくださいね (\*^\_^\*)

足の体操で足元をぽかぽかにして冷えを防ぎましょう！

①足指をグーパーする。(10回)

②足首を回す。(左右5回ずつ)

③つま先から太ももへ向かって手でさする。(3回)



秋には弥彦方面へ  
ドライブへ行きました。  
晴れている日には  
曙町公園へお散歩に  
行ってきました。  
紅葉が綺麗でしたね





Merry  
Christmas!



12月はクリスマス会が  
ありました  
クリスマスカードも  
作りましたよ(\*^~)v

お正月



2026

2026年が始まりました  
福笑いや職員と一緒に  
紅白に分かれゲームを楽しみました



今年も『その人らしさを大切に  
元気に楽しく過ごしていただける  
デイサービス』を目指して  
まいりますm(\_)\_m  
今年もどうぞよろしく  
お願いいいたします



ご利用に関してのご相談・ご意見等は、小林・高畠までお願いいたします。  
デイサービスセンター太陽の園 TEL.0256-92-6887

太陽の園