

デイルーム はばたき

令和4年3月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



3月のイベント

14日(月)～19日(土)
曜日対抗ゴルフ大会

目指せホールインワン！
目指せ高得点！！

22日(火)
おはぎ作り

お彼岸の定番和菓子！！
疲労回復には甘味が一番！！

創作イベント
スタンプアート

スタンプだけで簡単アート
何が出来るかお楽しみ！

●季節の変わり目にご注意●

季節の変わり目は温度変化があったり天候も変わりやすかったりと、最も体調を崩しやすいタイミングです。

★気温差に対応できるよう、薄手の上着を活用しましょう。

★バランスのとれた食事を、1日3食をできるだけ決まった時間に摂るようにしましょう。

★入浴のルールを守り、ぬるめのお風呂にゆっくりつかりましょう

★自律神経を整えるために、適度に運動しましょう。

【お問い合わせ】

デイルームはばたき TEL：0480-26-2150 長塩 遠藤



はばたきの小窓

ペットボトル栽培 ～水菜～

およそ30日で収穫できる『水菜』
お一人お一人に「植ええ」から「収穫」まで来所された際
にお手入れしていただいています。
収穫後は【選択小鉢】として好みの調理で召し上がって
頂きたいと思っていますのでお楽しみに！！



Instagram・ブログ・絶賛公開中！！

検索キーワードは

メルフィスの小窓

検索

Instagramは
QRコードを読み取ってください

