



令和5年12月

今年もとうとうあとひと月となり、冬本番を迎えました！  
体調を崩さないように気を付けてください！



～12月の予定～

🍁 スペシャル入浴剤

(12月1～12月16日)

🍁 クリスマス会

(12月23日AM・12月26日AM)

🍁 製作 絵馬・富士山

(12月1日～12月28日)



☎04-2937-5580 担当:岩戸



MELPHIS, INC



## 機能訓練

- ・体力と筋力をつける
  - ・関節が硬くならないように保つ
  - ・転ばないように歩く
  - ・今の生活を続ける
- 皆さん色々な目標を持ち、日々機能訓練に取り組まれております！

## 足温浴

寒い季節を迎え、雅の足温浴が人気になってきました！  
足裏を温めると身体の冷えはもちろんの事、自律神経のバランスが整って肩こりや便秘、立ち眩みなど様々な症状を緩和させる効果があるそうです！  
是非お試しください！

## おやつ

11月はイベントが無かった為、ささやかながらおやつをご用意させて頂きました。スイートポテトのお味はいかがでしたか？

## 製作

今月はクリスマスに向けて製作に取り組んでくださいました！毎月沢山の制作に取り組んで頂きありがとうございます。



# 雅乃湯あから activity report

明治時代の教科書を見て勉強中



ドキドキの黒ひげ危機一髪

