



マノリアル  
本荘

# デイ通信 令和5年 3月

令和5年 3月 活動予定



バレンタイン



節分



どんど



日に日に厳しい寒さも和らぎ春の陽気を感じられるようになりました。2月のマノリアルはバレンタインや節分など季節に合わせたゲームで皆様と楽しい時間を過ごしました(^\_^)他にも同法人の施設(リバーサイド熊本)で行われたどんどやに参加し、無病息災を祈念してきました。どんどやの後はみんなで美味しく甘酒を頂きました。制作活動では展示会用の作品や壁面用の椿の花を折り紙で作成しました。

3月はひな祭りや花見を予定しておりますので、皆様是非参加してくださいね(\*^-^\*)



マノリアル  
大展示会



今年の干支の「うさぎ」をテーマにしたマノリアル大展示会を開催致しました。丁寧な筆遣いで力強い書道、貼り絵や塗り絵、紙粘土やタオルで作ったうさぎなど、どれも素敵な作品が展示されました。ご好評につき、次回開催も予定しておりますので、皆様のご参加お待ちしております。また、和歌や俳句なども募集しております(^o^)/

## リハだより

### ～運動と栄養について～

運動と栄養の関係性は強く、どちらも重要になります。

**低栄養になると、**

- ・病気になるやすくなる。
- ・傷の治りが遅くなる。
- ・筋力量や筋肉の低下・・・などの症状が起きます。

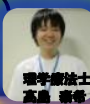
**低栄養はBMIで評価出来ます。**

$$BMI = \frac{\text{体重}(\text{kg})}{(\text{身長}(\text{m}))^2}$$

18.5未満：低栄養 18.5～25：正常

25以上：肥満

ご自身の身長や体重から低栄養の評価ができますので、興味のある方は高島までお気軽におたずねください



理学療法士  
高島 泰希

月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	
<p><b>弥生</b></p> <p>ペットボトル体操</p> <p>雛祭りゲーム</p>							お休み
6	7	8	9	10	11	12	
<p>サザエさん体操</p> <p>テーブルポウリング</p> <p>テーブルポウリング</p> <p>テーブルポウリング</p> <p>魚釣りゲーム</p> <p>魚釣りゲーム</p> <p>書道</p>							お休み
13	14	15	16	17	18	19	
<p>棒ぶり体操</p> <p>サイコロルーレット</p> <p>サイコロルーレット</p> <p>サイコロルーレット</p> <p>狙ってシュート!!</p> <p>狙ってシュート!!</p> <p>狙ってシュート!!</p>							お休み
20	21	22	23	24	25	26	
<p>ボール体操</p> <p>輪投げゲーム</p> <p>輪投げゲーム</p> <p>輪投げゲーム</p> <p>狙ってPON</p> <p>狙ってPON</p> <p>制作活動</p>							お休み
27	28	29	30	31			
<p>リング体操</p> <p>クイズ大会</p> <p>クイズ大会</p> <p>万里の長城ゲーム</p> <p>万里の長城ゲーム</p> <p>万里の長城ゲーム</p> <p>すゆな山みかに路来て松尾芭蕉</p>							

### ※感染対策について

感染対策として、ご本人・同居ご家族様の体調について確認や乗車前の検温を行ないます。のどの痛みや鼻水などの症状がある場合はご報告お願い致します。ご家庭でも手洗い・うがい・マスク着用の励行のご協力を引き続きお願い致します。



マノリアル本荘

熊本市中央区本荘5丁目10-23

TEL 096-288-3331

こちらのQRコードより法人HPへアクセスできます。

