

# マノリアル本荘 デイ通信 令和6年 3月

令和6年 3月 活動予定



節分  
ゲーム

先月のハイライト

先月のベストショット

梅が咲き始め春が少しずつ近づいてまいりました。マノリアルデイでも、2月行事の節分を行いました。「鬼は外！福は内！」の掛け声で節分ゲームも行い、鬼を退治しました！豆に見立てたお手玉を、鬼のプレートに向かって真剣に皆様投げられていました。創作活動では、ペットボルのふたを使用して椿の花を花紙で制作しました。利用者様より「白い椿もいいよ。」とアドバイスを頂き、壁面に紅白の椿が鮮やかに咲き誇りました。今年はバレンタインにちなんだ巨大ハートも制作しました(∩∩)／  
3月は春の創作やお花見の外出行事も企画しておりますので、お楽しみに！！



如月

### 今月のテーマ： 「運動と栄養について」

運動を行い筋力を向上させることに目が行きがちですが、栄養が不足している状態だと十分な運動の効果が発揮できないことが考えられます。  
「糖質」「脂質」「タンパク質」「ビタミン」「ミネラル」これらは5大栄養素と呼ばれ体を作る基になったり、運動を行うエネルギーになります。  
昔ながらの日本の食事形式である一汁三菜に合わせて牛乳などの乳製品と果物を加えることで理想的な食事メニューになります。運動と共に食事にも気をつけてください(∩∩)

理学療法士  
高島 新希



月	火	水	木	金	土	日
弥生				1	2	3
				棒ふり体操 ひな祭りゲーム		お休み
4	5	6	7	8	9	10
ボール体操						お休み
ミニゲートボール	ミニゲートボール	陣取りゲーム	ペタンク	ペタンク	書道	
11	12	13	14	15	16	17
リング体操						お休み
マジックハンド	マジックハンド	バスケット	バスケット	狙ってシュート	陣取りゲーム	
18	19	20	21	22	23	24
ペットボトル体操						お休み
魚釣りゲーム	魚釣りゲーム	事業所間交流	カラフルビンゴ	ハワイ航路	ハワイ航路	
25	26	27	28	29	30	31
お花見 サザエさん体操						お休み
脱線ゲーム	脱線ゲーム	狙ってシュート	万里の長城	万里の長城	創作活動	

### ◇感染対策について◇

新型コロナウイルス感染防止と共に、インフルエンザなどの感染症の流行時期となります。引き続き感染対策の励行と併せて、ご親族、ご友人等、県外の方とお逢いになる場合は事前にご連絡頂きます様、ご協力の程宜しくお願い致します。



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。

