



マノリアル
本荘

デイ通信 令和7年 6月

令和7年 6月 活動予定



ピクニックゲーム

初夏の風に吹かれ、緑がいっそう鮮やかに感じられる季節になりました。
マノリアルでは、ピクニックゲームを開催しました！
美味しそうなおにぎりを大きなお皿に入れて自分の近くに引き寄せるゲームでしたが、皆様必死に早く到着するよう頑張る姿が素晴らしかったです！
初夏の思い出ゲームで盛り上がりました♡

島原弁クイズ

同法人のアミスヴィラ森岳がある、島原の方言をクイズにしてみました！

- ① やっちゃ
- ② わっしょん
- ③ おっしょん
- ④ がんば

答えは6月に島原ア
ミスヴィラ森岳と
直接モニターを使っ
て答え合わせを行い
ます！(*^-*)

今月のワンポイントリハ 「フレイルとサルコペニアについて」

- ①フレイル：心身の働きが弱まり、介護が必要になる前の状態。
- ②サルコペニア：筋力が低下し、歩行が困難になる状態。

サルコペニアは筋力の低下。フレイルは精神状態も含めた心身機能の低下を表し、ともに加齢による衰えのことをいいます。

体の衰えを予防するには「栄養のある食事」、「定期的な運動」、「社会との繋がり」が大切です！

理学療法士
高島 泰希

マノリアルで加齢に負けない
体づくりをしましょう！



月	火	水	木	金	土	日
水無月						1 お休み
2	3	4	5	6	7 新	8 お休み
リング体操						お休み
ペタンク	ペタンク	ラダー ゲッター	ラダー ゲッター	UFO ゲーム	かえるびょこ びょこゲーム	
9 新	10	11	12	13	14	15 お休み
ペットボトル体操						お休み
かえるびょこ びょこゲーム	カラフル ビンゴ	カラフル ビンゴ	卓上 ホッケー	書道		
16 新	17	18	19	20	21	22 お休み
サザエさん体操						お休み
卓上 ホッケー	魚釣り ゲーム	魚釣り ゲーム	ハワイ 航路	輪投げ	輪投げ	
23	24	25	26	27	28	29
棒体操						お休み
UFOゲーム	ハワイ航路	野球ゲーム	野球ゲーム	狙ってポン	創作活動	
30 ボール体操	◇感染対策について◇ 暑い日が多くなり、食中毒や熱中症に特に注意する時期になりました。引き続きコロナウイルス等の感染対策と併せて、手洗い・うがい・マスク着用、こまめな水分補給を心掛けてください。					
狙ってポン						



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。

