リバーサイド熊本

デイ通信

令和7年 1月 活動予定表

ブログで行事の様子を紹介をしています！！
詳細は下記ＵＲＬからご覧ください！！
http://www.shunkokai.jp

料理教室

年の瀬も近づきお正月準備の時期となりましたね。今月のデイ便りは12月に行われました料理教室の様子をお届け致します。
今回は煮込みハンバーグ作りを行いました！ひき肉をこねて利用者の皆様と協力して丸く成形していきます。フライパンで両面を焼き始めると、ホール中にいい香りが漂います(*^▽^*)トマトソースの入った鍋へハンバーグを移動し、コトコト・・・❤盛り付けを丁寧に並べて出来上がり！お店のような煮込みハンバーグ、味も格別!!大満足なひと皿となりました(*^-^*)

難読地名クイズ

今回は番外編！お正月に関する難読漢字の出題です！！
ぜひ読めるか挑戦してみてください(_-)-☆

① 点袋
② 紅白鱠
③ 注連縄

答えは脳トレの時間に…

今月の目玉イベント

3日	初風呂の日
5日	シネマ＆書道教室
6・7日	初詣
12日	新年会
19日	料理の鉄人
26日	合同誕生会
29日	陶芸教室

ワンポイントアドバイス

冬場の転倒に注意

家の中での転倒リスク

・カーペットやマットで滑っての転倒
・機器器具のコードに躓く
・厚い靴下を履いての階段の上り下り時の落下

予防法

①室内ではコードに注意して歩きましょう。
②厚着で足元が見えづらくなる為に階段の上り下りは慎重に。
③体操や運動を継続して筋肉を鍛えましょう。

※自分の身を守るために日頃からストレッチや軽い筋トレを行って転倒による怪我防止を行っていきましょう！

理学療法士　西迫

日	月	火	水	木	金	土
謹賀新年 皆様と楽しく元気に一年を過ごしていきたいと思っております。本年もよろしくお願い致します。			1 お休み	2 お休み	3 初風呂の日	4 お休み
5 シネマ＆書道教室	6 初詣	7 初詣	8 しりとり・算数 キックボーリング	9 難解地名クイズ キックボーリング	10 言葉遊び・算数 キックボーリング	11 お休み
12 令和7年新年会（ボランティア）	13 言葉遊び・算数 ペタンク	14 間違え探し ペタンク	15 難解地名クイズ ゲートレク	16 言葉遊び・算数 ゲートレク	17 国語・算数 ゲートレク	18 お休み
19 料理の鉄人めざせミシュランの星 ★★★	20 間違え探し ジャンプでシュート	21 難解地名クイズ ジャンプでシュート	22 社会・言葉遊び 玉入れ	23 国語・算数 玉入れ	24 しりとり・算数 玉入れ	25 お休み
26 1月合同誕生会	27 難解地名クイズ ダーツ	28 言葉遊び・算数 ダーツ	29 陶芸教室	30 穴埋め・国語 魚釣り	31 間違え探し 魚釣り	

リバーサイド熊本
熊本市西区河内町野出1936-1
TEL　096-277-2288

法人HPアクセスは
コチラ