

	<p>中央地域活動支援センター 〒651-0076 神戸市中央区吾妻通 4-1-6 コミスタこうべ内 北棟 2 階 TEL (078) 262-7511 FAX (078) 251-0311</p>
---	--


スマイル NOW 5 月号



緑萌え、風薫る爽やかな季節になりました。お散歩に出かけたくくなりますね。

★★5 月のデイケアのご案内★★


～歯と口の健康づくり～
 歯と口を健康に清潔に保つためのプログラム



日時: 5 月 21 日 (月) 14:00～15:00
 場所: 食堂 費用: 無料
 ☆歯と口を健康に、清潔に保ち
 気持ちよく毎日を過ごしましょう☆

歯科衛生士さんが、歯と口の健康・清潔について、また、歯ブラシの使い方・ブラッシングの方法についてわかりやすく教えてくれますので、その日の晩からすぐにおうちで実践できます。
 歯ブラシ・コップ・タオルなど必要な物はこちらで準備します。洗口液(歯を赤く染め磨き残しを確認するもの)を使用します。万が一液がついてもよい服装でご参加下さい

～メンバー希望プログラム
 都賀川へハイキング～



日時: 5 月 10 日 (木) 13:00～15:00
 行き先: 都賀川(市バスで行きます)
 集合場所: 三宮元噴水前に 13 時です! 時間厳守!
 (※わからない方は、センターに 12 時半集合)
 費用: 実費
 ※神戸市の福祉乗車証をお持ち下さい
 持物: 福祉乗車証・汗拭きタオル・お茶等の水分


太陽の光を浴び、山や川、自然の植物の優しさにふれながら、みんなでハイキング!!
 小さな発見をしながら歩きましょう!

先月のデイケアのご紹介

～毎月の定例プログラム 卓球をしよう～

4 月 16 日 (月) は卓球を楽しみました。軽くラリーでウォーミングアップしてから総当たり戦で試合をしました。
 試合には参加せずマイペースでラリーを続ける人もいて、自由な雰囲気です。準備だけをお手伝い下さる人もいらして、みんなで協力しあって、楽しい時間を過ごせました。

初心者もベテランさんも一緒に和気あいあいとやっています。
 次はあなたも。。
 参加してくださいね。



～毎月の定例プログラム ゲームの日～

4 月 19 日 (木) のゲームの日は、黒ひげ危機一発でドキドキ! ジェンガでさらにドキドキ!!
 メンバーさん手作りの手裏剣ゲームでテンションをあげて、最後にウノで頭もひねって、メンバーも職員も楽しい時間を過ごしました。

あっという間の一時間でした。次はどんなゲームをしましょうか。

