

六町の11月も各フロアでの外出を楽しみ皆様お元気に過ごされました。
 12月に入り、寒さも厳しくなってきますが、インフルエンザに負けないように、バランスの良い食事・少しの運動・快眠・快便に心がけてください。
 そして、笑って・怒って・泣いて・・・毎日に変化があると楽しいですね！



デイサービスは、板橋区にある東京大仏へ行ってきました。秋の風景を楽しみながら、お線香を顔から足まで・・・前日まで雨で心配しましたが、皆さんの普段の行いのお蔭で晴天となりました。ありがとうございました！



六町ボランティアさん紹介
 ・ちびっこボラの蒼汰くん
 ・将棋ボラの中島さん
 陽登くん

幸ちゃん家は、取手のビール工場を見学し、綺麗なお姉さんにうっとり・・・しながらビールの試飲をさせていただきました。生ビール、午後の紅茶、生茶、キリンレモン等を一人3杯までOKで嬉しい限りですね。



福ちゃん家は、千代田区北の丸の科学技術館で体験をしました。日常では、オレンジカフェ(毎月1日開催)で話題になった地域の方が先生となって干し柿を作りました。さすがですね～

平成28年12月の活動予定（デイサービス）

今月の外出レク12/14は江戸東京博物館を予定しています！！

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				坊主めぐり	ビンゴ大会	歌会
4	5	6	7	8	9	10
	ビンゴ大会	昔カルタ	絵合わせ 将棋クラブ	ボーリング 大会	おやつレク	円座玉入れ 将棋クラブ
11	12	13	14	15	16	17
	地域散歩	坊主めぐり	外出レク	クリスマスの集い	言葉あそび	風船バレー
18	19	20	21	22	23	24
館内清掃	ギターボラ スイーツレク	魚釣りゲーム	まーお保育園 将棋クラブ	三味線ボラ	クリスマス会	クリスマス会 将棋クラブ
25	26 理美容	27	28	29	30	31
	早口ことば	坊主めぐり	言葉あそび	ビンゴ大会	年末年始12/30～1/3	

心がまあるくなる禅語

いつでもすばらしい時を楽しむ

人間好時節

にんげんのこうじせつ

春は花が咲き、夏は涼しい風が吹き、秋は美しい月が輝き、冬は雪が舞い降りる。日本には美しい四季の移ろいがあります。一年中すばらしい時期であるのにもかかわらず、それに気づかないのは、私たちの心がほかの雑多なことに惑わされているから。夏は暑い、冬は寒いと嫌なところばかりに目を向けていたら、せっかくのすばらしい季節も楽しめないまま、あっという間に過ぎ去ってしまいます。いつだって、すばらしい時なので、それを楽しめるような気持ちで毎日を過ごしましょう。



参考文献：栴星雲社
心がまあるくなる禅語