



寒さの中にも、少しずつ春の暖かさを感じられる季節となりましたが、依然として寒暖差が大きく、体調を崩しやすい時期です。栄養のある食事と十分な休息、無理のない範囲での運動を心がけて、健やかに過ごしましょう。

レクリエーション



～ゲームの紹介～

- \* 輪投げ  
入ったところの数字を足しながら点数を競います。
- \* スマートゴルフ  
矢印のところを狙ってボールを打ち点数の書いてあるポケットに入れます。



入った！惜しい！  
と皆様よく声が出ていました。



ナイス  
ショット！！



さあ！  
入れるよ！

昔、よ～したわ～

日々のご様子



おはな紙と透明フィルムを使って鬼の面を作成してみました。「怖い鬼はどんな感じ？」「優しい鬼がいいな～」など言いながら、皆様と一緒に作成しました。「笑う門には福来たる」ですね！

鬼は外～  
♪  
福は内～  
♪



カメラ目線で  
ハイ！ポーズ！



ボランティア ひこうき雲 岩山様による  
「陽だまりコンサート・ギター弾き語り」

日時：3月11日(水) 13:30～14:00頃  
場所：きょうまち交流室

利用者様や地域の皆様と一緒に懐かしい歌を楽しみたいと思います。お気軽にご参加下さい。

医療法人社団長久会  
加賀のぞみ園の  
ホームページです。  
よろしければ、  
ご覧ください。

