



らんざん苑 サロン新聞



埼玉県比企郡嵐山町越畑1371-1
らんざん苑
TEL 0493-63-1261

新年あけましておめでとうございます。
本年もよろしくお願い申し上げます。
「ひだまりの丘介護予防サロン」では、昨年末から新たに取り入れた「**体を使った脳トレ体操**」がますます盛況です。
厳しい寒さが続く中、この体操で「**普段やらない脳と体のバランス訓練**」を体験してみませんか。また、茶飲み話にも花が咲き楽しいひと時を過ごしていただければと存じます。
日曜日10:00~12:00の短い時間ですが、ぜひ皆様もご参加ください。

★機能訓練(体操)

【体を使った脳トレ体操】



①指体操



②3色パネル踏み体操



③魚釣りゲーム(暗算が必要です)



・風船バレーボール



★カフェタイム



カフェタイムでの理学療法士からのアドバイスは
とても有益です。

★レクタイム

2017.12.3 犬のキーホルダーづくり

完成です!

2017.12.17 1月カレンダーづくり



毎回いろいろなものづくりをします。完成までには、結構頭を使い指先も使います。出来上がった喜びもあります。

