

ひがしデイニュース11月

高齢者の暮らしの支援と、地域交流の場づくりのひがしデイサービスからのお便りです

渋谷区ひがし健康プラザ
高齢者在宅サービスセンター
<http://higashi.foryou.or.jp/>
☎03-5466-2681

メイクにネイルにヘアカット！ ブレッサ・リブレリアさん

南青山にあるとってもオシャレなリラクゼーションサロン“ブレッサ・リブレリア”のみなさまが来てくれました！
メイクにネイルにヘアカット、更にはマッサージや本の読み聞かせもしてくれました！



素敵に大変身



うっとり鏡に見入ってしまいます



ネイルケアで指先がピカピカ



ハンドマッサージに気持ちもほっこり



マッサージを受けて極楽気分！



『かさこじぞう』や『マッチ売りの少女』などの本の読み聞かせもしてくれました！

今月のプログラム

季節感を感じながら充実のレクリエーション、アクティビティで楽しい時間を作っています！



子育て支援交流会
子供たちと触れ合いが楽しみです



ギター&ジャンベコンサート
ラテン音楽や歌謡の素敵な演奏です



チアダンスショー
息のあったダンスは迫力満点



フラダンス
ご利用者さまも一緒に踊りました



卓上ホッケーゲーム
ラリーが続いて盛り上がりました



ヨガ体操
アイヨガで目の疲れを癒しました



手作りカレンダー
クリスマスツリーのデザインです



廊下装飾
仲間同士で年末に向けて大作作り

優づくりカフェのお知らせ

12月の優づくりカフェは認知症勉強会を開催します。
最近もの忘れが多くなってきた気がする。
認知症について学んで不安を軽減したい。
介護の不安やストレスを減らしたい。など、
専門家と共に認知症に関する情報を丁寧に整理しながら、
病気や介護の困難さの不安を軽減していきましょう。

東京女子医科大学附属成人医学センター
神経内科講師 松村美由紀先生

日時：12月5日(火) 14:30~16:00
場所：ひがし健康プラザ 地下1F 介護者教室
問い合わせ：ひがしデイサービス
03-5466-2681



ひがしデイの各種情報や活動を更新中



渋谷区ひがし健康プラザ
高齢者在宅サービスセンター

<http://higashi.foryou.or.jp/>