



# 天神口倶楽部

さんコープ・  
天神口デイサービス  
第107号  
令和5年5月1日

## 4月の活動

### 上肢、下肢の筋力を維持する

端午の節句が近づき、青空でこいのぼりが泳いでいるのを見かけます。見ているだけで元気がもらえますね。

天神口では体操やゲームで上肢や下肢の筋力をつけるため、楽しみながら行っています。

楽しい行楽シーズン、外出の機会も増えると思います。行きたいところへ行けるように、しっかりと、筋力をつけましょう。そして、旬の野菜をバランスよく摂取して元気な体づくりをしましょう。



※お誕生日おめでとうございます※



🍃バランスよく積むのは難しいわ〜🍃

### 今月の旬の食材はたけのこです!



### 天神口の仲間と楽しいひと時



## 5月の行事予定

9日~13日

母の日フラワーアレンジメント

17日 おやつ作り

18日 おやつ作り

27日 訪問美容



### 今月の空き状況のお知らせ

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	○
入浴×	○	○	○	×	○

月~土(祝日もあります)♪体験利用受付中です!ぜひ天神口の楽しさを体験してみてください。お気軽に見学にもお越しください♪

お問い合わせ 28-7293 (担当 山本)

