



天神口倶楽部

さんコープ・
天神口デイサービス
第124号
令和6年10月1日

9月の活動

楽しく競って筋力維持

10月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。

皆さん残暑バテはしていませんか？朝晩は涼しく、昼間は暑く、気温の変化で身体が対応できず、体調を崩してしまいがちです。からだの疲れを感じたら、ゆっくりとお風呂につかり、睡眠を多くとるように心がけましょう。

スポーツの秋、食欲の秋にむけて、しっかりと体調を整えていきましょう。天神口でも秋の運動会を開催します。皆さん元気に参加してくださいね。



♡お誕生日おめでとうございます♡

手・指・脳を動かすレク ～脳が活性化するよ～



♪ 足浴気持ちがいいですよ～♪

10月の行事予定

- 10日 秋の運動会
- 17日 誕生会
- 19日 誕生会
- 26日 訪問美容
- 28日～31日
ハロウィン仮装大会



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)

