

# フルール東山だより

広報誌～

令和7年2月 - No.1

いまだに寒い毎日が続きますが、皆様はお変わりなくお過ごしでしょうか？この時期になると早く春が来ないかと待ち遠しく思います。まだまだ冬の厳しさに変わりはありませんので、くれぐれも体調を崩されぬようどうぞご自愛ください。

## ヨガ体操

1月19日にボランティアの方が来てくださり、ヨガ体操をしていただきました。全身を刺激する運動や身体全体を使う体操、手話をしながら歌をうたったりして、普段使わない筋肉の動作をたくさん教えてください、入居者の皆さんも、いい運動になったととても喜んでおられました。



日	月	火	水	木	金	土
						1
					とくし丸	焼き芋販売
2	3	4	5	6	7	8
	とくし丸				とくし丸	焼き芋販売
9	10	11	12	13	14	15
	買い物ツアーとくし丸			パン作り	とくし丸	焼き芋販売
16	17	18	19	20	21	22
	とくし丸		買い物ツアー	パン作り	とくし丸	服販売 焼き芋販売
23	24	25	26	27	28	
ヨガ体操	買い物ツアー	パン販売				



サービス付き高齢者向け住宅 フルール東山

☎072-856-2001

※見学・相談・お試し入居などお気軽にお電話ください。