

# ほがらカレンダー-12月号

デイサービス朗高尾台



移動販売 とくし丸が月・木曜日に来ます

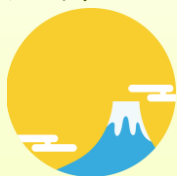
今年も街中でジングルベルの音が響く季節になりました。  
さて、私共デイサービス朗高尾台では12月に以下の行事を予定しております。  
皆さまのご利用を職員一同心よりお待ちしております。



日	月	火	水	木	金	土
<p>各行事の日程・内容等は前後することがあります。 あらかじめご了承下さい。</p>			1  カレンダー作り	2  パットゴルフ	3  クリスマス塗り絵	4  すごろく大会
5	6  ひざで綱引き	7  塗り絵大会	8  輪投げ大会	9  的当てゲーム	10  ビンゴ大会	11  新聞つり
12	13  OXゲーム	14  書道教室	15  ストラックアウト	16  ほがらかテスト	17  ヒロクロキューブ	18  輪投げ大会
19	20  ストラックアウト	21  新聞つり	22  ひざで綱引き	23  カードしりとり	24  クリスマス会	25 お誕生会  ヒロクロキューブ
26	27  パットゴルフ	28  書道教室	29  ビンゴ大会	30  紙相撲大会	31  すごろく大会	

## 年末年始のお知らせ

本年もデイサービス朗高尾台をご愛顧頂き、誠にありがとうございます。  
新年もよろしく願いいたします。  
尚、年末年始の営業予定は改めてご案内いたします。  
皆様のご利用をお待ちしております。  
お健やかに新年をお迎えになられますよう、職員一同お祈り申し上げます。



## 寒いと転倒しやすい!!

寒い時期は特に転倒に注意する必要があります。  
寒さで体が硬くなると、歩幅が狭くなったり、背中が丸くなって体のバランスが崩れやすくなります。  
そのため、暖かい時期なら問題のない場所で転んでしまうことがあります。  
お出かけの前に数分間足踏みをしたり、ストレッチをして体を温めて転倒を防ぎましょう。

デイサービス朗高尾台  
〒921-8155  
金沢市高尾台1丁目449番地  
電話 298-7014

<https://hogaraka.care/>



株式会社ほがらか