

Azu dayservice



マッサージに特化した  
地域密着型  
一日デイサービス



## あずデイサービス だより 11月号




管理者 たこい みつる  
蛸井 充

鍼・灸・按摩マッサージ指圧師

## CONTACT US

 柏市柏6-7-14 AZビル2F

 04-7189-7676  
04-7162-4195(fax)

 <https://azu-dayservice.jp/>

 [hello@azu-dayservice.jp](mailto:hello@azu-dayservice.jp)

 あずデイサービス  
2022.11月号

いよいよ秋本番ですね！

少しずつ寒くなってきて、体調を崩しやすくなってきます。基本の、手洗いうがいはもちろん風邪を引かないよう免疫力アップをしていきましょう！栄養バランスのとれた食事に、適度な運動、睡眠も大事です。寒い冬がやってくる前に、体調を整えましょう！！

事業所番号:1292200803



普段はお弁当に、炊きたてのご飯、手作りお味噌汁ですが、月に何度かお楽しみ昼食があります。



人気は  
あず特製カレーです!!

カレーライスがメインの、全てのメニューが手作りです！  
手作りのお昼ご飯は、愛情たっぷり入っており、みなさんで食べるから尚更美味しいですね！

DELICIOUS

野菜たっぷり！  
じ〜っくり煮込んでます！



## 先月の レクリエーション紹介



当月も色々なレクリエーションを行いました！  
男同士の語らいを行いながら、知恵の輪のチャレンジ！



全体体操もやっております！  
これからも元気な体を目指してがんばろ〜！



このゲーム簡単な様で  
難しい！  
ペンギンを落とさない  
様に氷を割るぞ！



連絡帳BOXをみなさんで  
作りました！  
側面は折り紙を貼り  
カラフルに！  
手前には折り紙で  
人面が!!!  
まさにアートですね！



今月の  
ベストスマイル



HAPPY  
BIRTHDAY

お誕生日おめでとうござ  
います。  
ますますお元気で長生きし  
てください