

## 利用時間

月～金 / 9:00～16:15

祝日営業



### お問い合わせ

〒277-0005  
柏市柏6-7-14 AZビル2F  
TEL:04-7189-7676  
FAX:04-7162-4195

URL:<http://azudayservice.jp/>  
E-mail: [hello@azudayservice.jp](mailto:hello@azudayservice.jp)



ホームページ



@AZUDAYSERVICE  
Instagram



Tik Tok

# あずデイサービス通信



2024年 1月号

事業所番号：1292200803



マッサージに特化した  
地域密着型  
1日デイサービス





### 笑顔になるレクリエーション



新年明けましておめでとうございます。  
冬の寒さが一層厳しい頃となりましたね。温かくしてお過ごしください。  
みなさまに楽しく過ごしていただけるイベントをご用意し、スタッフ一同お待ちしております！  
本年もあずデイサービスを宜しくお願い致します。

### 先月の外出レク



モラージュ柏・イオン南柏へ外出しました。  
X'masツリーの前でニコリ♪  
サンタさん来るかな？



見学受け付けて  
おります！  
お電話にて  
ご予約ください。

### 1月の行事予定

- ・お誕生日会
- ・鏡開きイベント
- ・外出レク～初詣など～



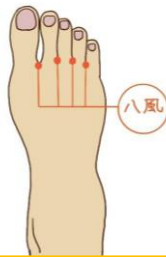
少し早い絵馬を作りました。  
皆さまの願いが叶うといいですね♪



お誕生日おめでとうございます。  
素敵な1年になりますように！



### 鍼灸師江口先生の 今月のツボ



ぜひ試してみて  
くださいね！



冷えは万病のもと！  
今回は足のツボをギューと刺激して血流を良くし、冷え性を解消してみませんか？

### 八風（はっふう）

足の親指から小指まで各付け根の間にあるツボです。足だけでなく体全体の冷えに効果的です。足の裏側から各指の間に手の指を差し込みそのまま足首をぐるぐると回すと一度にすべての『八風』を刺激することができます。

不調を寄せ付けない、健康な体を作っていきましょう！