

## 利用時間

月～金 / 9:00～16:15

祝日営業

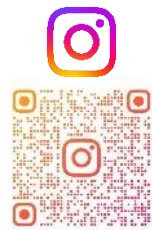


### お問い合わせ

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



ホームページ



@AZUDAYSERVICE  
Instagram



Tik Tok

# あずデイサービス通信



2024年 4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





暖かな春の日差しに、近所の桜も満開となりました。  
 新年度を迎え私達スタッフ一同も、気持ち新たに笑顔で皆様のサポートに努めてまいります。あずデイサービスでは、季節を感じられるレクリエーションを企画しております。一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

## 先月のイベント



北柏ふるさと公園・松ヶ崎城跡へ  
 散歩に出かけました♪  
 河津桜がキレイでした！！



あず自慢のマッサージで  
 心も身体もリラックス♪



## 4月の行事予定

- ・イベント  
おやつ作り
- ・外出レク（お花見）

見学受け付けて  
 おります！  
 お電話にて  
 ご予約ください。

## 笑顔になるレクリエーション



3月生まれのご利用者様  
 お誕生日おめでとうございます！

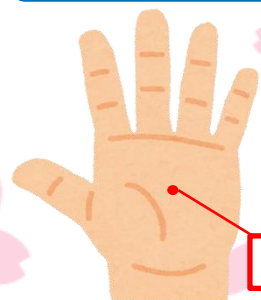


桃の節句に合わせて、  
 うさぎのお雛様を作りました！



夢中でボールを蹴りながら  
 足の運動♪

## 鍼灸師江口先生の 今月のツボ



労宮



春は不安定な天候や生活環境の変化などで、心労による不眠、イライラ、不安感、ストレスなどを抱えがちです。  
 緊張感の緩和に効果的なツボが労宮（ろうきゅう）です。

### 労宮（ろうきゅう）

労宮は手を握ったときにちょうど中指と薬指の間にあります。やや強めに刺激すると、とても心地良いです。

身体も心もストレスを溜めずに、のびのびと過ごしましょう！

