



いつもおなじみの満天体操、最近は何んと  
**理学療法士**のためご、宮重が時々担当させ  
 て頂いています！ボールを使った二人一組  
 の体操はご利用者様同士のコミュニケーション  
 ションも活発になり、時々**オヤジギヤグ**も  
 飛び交い？！楽しく行っています。体操を  
 するときは必ず**説明**を行い、ご自宅でも取  
 り入れて頂けるよう心がけています。

★**新作！？満天体操**★



Merry Christmas!

# 満天新聞



♪**満天にも冬到来月**

2015年12月号

発行人：渡部美佐子



編集者より  
ひとこと

急に寒くなり、  
 体調を崩されて  
 ませんか？食べ  
 ることが大好き  
 なワタシ。寒い  
 時は身体を温め  
 るためしょうが  
 をよく使います。  
 刻んで炊込みご  
 飯に入れたりす  
 りおろして甘酒  
 に入れて飲んだ  
 り美味しいです  
 よ。身体の芯か  
 ら温まり、風邪  
 を予防しましょ  
 う！

今年も平和大通り  
 の**イルミネーショ**  
 ンに負けないよ  
 う？！さつそく**ク**  
**リスマスツリー**の  
 飾りつけを利用  
 者様にご利用し  
 ました。「孫が大き  
 くなる」と出さな  
 くなったけど、久々  
 に飾ると**楽しい**で  
 すね！などと話す  
 間にもう完成です。  
 そので一気に満天  
 も**冬仕度**！干支の  
**猿**ストラップ制作  
 や囲碁で早めのお  
 正月気分を味わっ  
 ています。また、  
 夏に大好評だった  
**こけ玉制作**に続き、  
 お正月飾りの**寄せ**  
**植え制作**を行いました  
 ！と思えますので、  
 ご希望の方はお楽  
 しみに！