

# Manten News Paper

dec. 2021



管理者の正藤です。12月と言えば1年の**総まとめ**。あっという間の1年でした。今年も皆様と楽しく笑いあえた日々を過ごすことができ、**職員一同**嬉しく思っております。来年もさらなるサービス向上を目指し、より一層の努力をしてみたいので、変わらぬご厚誼を賜りますようお願いいたします。お体を大切に、どうぞ良いお年をお迎えください。

## 満天 体操サロン

この度、満天では新しく特別プログラムとして「**体操サロン**」を開催します。ボランティア講師に**芝江梨奈先生**をお迎えして毎月第一火曜日の10時から定期的で開催予定です。日常生活だと腕や脚、背中や首など部分的に大きく動かす機会というのは減る一方であり、自宅で体操を続ける機会に恵まれないです。満天に来ると芝先生が利用者様のために**考案**した体操を、他の利用者様と一緒に楽しみながら身体を動かすことができますよ！ご気軽に満天のスタッフまでご相談ください♪



## 利用者様先生の「詩吟サロン」



満天を利用されている利用者様が、以前**詩吟**をされていたので他の利用者様の方から「是非教えて欲しい」との声がかっ掛けとなり「**詩吟サロン**」が始まりました。家庭の中では出しづらい**大声**をしっかりと出して吟詠したり、お仲間とおしゃべりすることは体の中から**健康**を保つ上でとても良いと思います。カラオケとは違った詩吟の**魅力**ですね。練習日は毎週土曜日の午前中に行っていますので、詩吟にご興味がありましたら体験からでも結構です、お気軽にスタッフまでお声をかけてください。