



つばき



新年のご挨拶

新年明けましておめでとようございます。

皆様におかれましては、

健やかに清々しい初春を

お迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より格別のご高配を

賜り深甚なる感謝の念に堪えません。

毎日、毎回の出会いを「一期一会」の

ものとして、この一瞬を大切に思い、

今出来る最高のサービスを提供できるように

全職員が一丸となって鋭意努力して

参ります。

皆様の尚一層のご指導とご支援を賜り

ますよう、本年も何卒よろしくお願

い申し上げます。

岡本荘 園長 児玉直久



岡本カレッジ♡

手芸☆



クッキング♡



水墨画♠



溝淵君の元気体操



気を付けましょう。

～予防には～

手洗い，うがいを！！

～おかしいな？と思ったら～

早めに病院受診！！

私は大丈夫！過信は×

重症化することもめずらしくありません。

☆インフルエンザ

☆食中毒

☆感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）

下肢のトレーニング

下肢の筋力強化と血行促進に効果があります



膝から下をゆっくり上げ下げする。
左右交互に行う。



かかとを上げ下げする。



つま先を上げ下げする。
各コース[20～30回]行います。

つばきの会ご案内

心の健康～ストレスへの対処法～

日時：1月26日（土）13:30～

場所：岡本荘 椿温泉

講師：姫路独協大学

医学保健学部 作業療法科保健科学博士

沖島 今日太 氏

場所：岡本荘 椿温泉

Tel 087-885-3333

皆様お誘い合わせの上ご参加ください。



相撲甚句

日時；1月8日（火）14:00～

場所；デイサービスホール

レッツ初詣

場所：滝宮天満宮

1月23日～26日



新年会

1月9日～12日

いろいろな出し物があります。

乞うご期待♡

