

ふれあい新聞

令和4年3月④

浦和ふれあいの里デイサービス



ゲーム

ゲームをするときは皆さん夢中になっています。
いつも盛り上がっています。😊



ヨガとはつながりを意味していて、心と身体、魂が繋がっている状態のことを表しているそうです。曲に合わせてゆっくり呼吸、姿勢、を意識しながら体操をしました。🎵

平行棒や椅子を使って下肢筋力アップ



ビンゴ大会

月に1回行われています。ドキドキしながら数字を見て、今日の景品はなんだろうと楽しみにしてくれています。

