

ハートライフ長泉 レクリエーションのご案内



2025年 8 月 の予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	1	2
					音楽療法	脳トレ
3	4	5	6	7	8	9
パズル	卓球	パワレク	ノルディック 体操	書道教室	脳トレ教室	音楽療法
10	11	12	13	14	15	16
卓球	パワレク	ノルディック 体操	工作レク	工作レク	音楽療法	卓球
17	18	19	20	21	22	23
工作レク	書道教室	パワレク	脳トレ	脳トレ	音楽療法	書道教室
24	25	26	27	28	29	30
パズル	♪夏祭り♪	カレンダー 作り	カレンダー 作り	パワレク	パズル	音楽療法
31	1	夏祭りでは、うなぎを提供する予定です！ うなぎを食べて暑い夏を乗り切りましょう♪ みなさまのご参加お待ちしております♪				
脳トレ						



介護保険指定事業所 / 介護予防・日常生活支援総合事業 実施事業所

**生活リハビリ長泉
デイサービスセンター**

駿東郡長泉町竹原360-1
TEL:055-971-6388

営業日：月曜～日曜 営業時間：9：30～16：35



活動の様子を紹介しています

生活リハビリ長泉 検索

デイスサービスサイト

ハートライフサイト

ハートライフ長泉 ニュース 検索

6

ハートライフ長泉 月の活動報告



スイーツビュッフェ

6月のイベントはスイーツビュッフェ！いつもより種類もボリュームもたっぷり♪
甘いひとときを、皆さまで楽しみました。



2025年6月13日



2025年6月13日



2025年6月13日



園芸クラブ

育てた茄子と紫蘇で「茄子の煮びたし」を作りました。
「おいしいね～、最高だよ！」と、嬉しそうに話してくださる
笑顔が印象的でした。



CHECK!



理学療法士 宮沢先生 からの ワンポイント アドバイス！

ふくらはぎのストレッチでこむら返り解消！汗をよくかくことで電解質のバランスが崩れたり、冷房による冷え・運動不足によって、ふくらはぎの筋肉の血行が悪くなり、筋肉の痙攣が起こります。寝苦しい夜の睡眠の質を向上するためにもストレッチがおすすめです。