



浜松市北区三ヶ日町都筑2951-1  
電話/FAX: 053-526-2951  
携帯: 080-3678-9458  
URL <http://care-ohana.com>  
担当: 村田

## お楽しみバイキング

年明け前にクリスマスと忘年会を兼ねて、バイキング形式の食事を皆様にご提供しました。

といっても、食事を宅配して頂いているクック123さんのご厚意でほとんど用意して頂きました。実は過去にも2回行って頂き、今回で3回目です！もう毎年恒例行事となりつつありますが、毎回ご好評頂いており、今回も大好評でした(^\_^)



さあ、何食べようかや～



普段食事量の少ない方も、好きな物が食べられるとなると、食欲も増えますね。

## ごぼう先生 直伝の嚥下体操★

バイキングの日の食事前には、ごぼう先生のDVDを見ながらの嚥下体操を行いました。今回はDVDでの出演でしたが、過去には直接三ヶ日デイに来て頂いた事もあります♪



ごぼう先生とは？  
介護の『ご』予防の『ぼう』で「ごぼう先生」高齢者の笑顔をつくる会社、株GOBOU 代表取締役。講演活動



## 平成も残りわずか・

新年明けました！  
本年も宜しくお願い致します。

2019  
HAPPY NEW YEAR!



皆様にとって、昨年以上に幸多き年となると良いですね。これからも、デイサービスでの様子を情報発信していきますので、是非このお便りを見て下さいね！



## あさひ☀️カフェよりお知らせ

毎月第4土曜日に定期開催しているカフェですが、徐々に地域の方々の参加数も増えてきました♪  
普段家ではやらない軽い運動や、頭の体操を行っています。珈琲なども好きなだけ飲んで頂けますよ(^\_^)☆  
音楽療法としても楽しんで頂いていますよ →

