

# かけはし通所たより

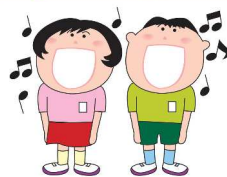
鶴岡市民田字代家田100-1

TEL 0235(25)1131

今年のカレンダーも残り1枚となり、冬到来です。皆様、風邪など引かないように体調管理に十分お気を付け下さい。  
通所職員一同、元気に皆様のご利用をお待ちしております。



## ☆かけはし文化祭☆



11月2日午後から、かけはし文化祭作品展の人気投票の表彰式と、尺八の香風会の皆さんによる演奏会が、開催されました。

デイケア利用者の工藤昭さんの絵画が2位に輝きました。鶴岡の絵画サークルの会員で、何度も絵画コンクールで入選していますが、この賞は、一般の方が選んでくれたものなので、より感慨深いと話しておられます。

総勢11名の香風会演奏は、バイオリン・フルート・ギター・三味線・ピアノ、そして尺八と様々楽器で、参加者全員で合唱して楽しいひと時を過ごしました。



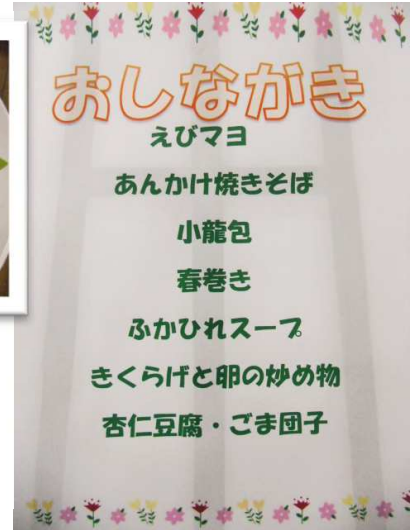
### 香風会の皆様





# お楽しみ昼食会

## ～かけはし中華街～

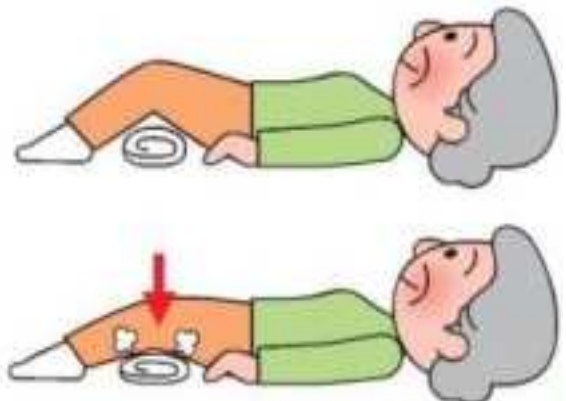


11月15日(火)に『かけはし中華街』をテーマにお楽しみ昼食会が行われました。横浜中華街をイメージした料理が出され、「ふかひれスープ美味しい〜」「海老大きいの〜」などの声がたくさん聞かれ好評でした。一番の人気は『ごま団子』でした。

### 自宅できるリハビリ NO.5

ひざ伸ばし  
～太ももの前側を  
鍛える運動～

- ①仰向けになり、ひざの下にタオルや座布団を丸めて入れます。
  - ②ひざでタオル等をつぶすように10秒間押し付けます。
- ※無理せず行いましょう★



### 12月の予定



- \* 5日(月)・・・友の会市
- \* 7日(水)・・・かけはし忘年会
- \* 14日(水)・・・お楽しみ昼食会【クリスマス会】
- \* 19(月)～23日(土)・・・入浴行事【湯治の湯】

担当：小林・山口・佐藤・田澤