

4月 月間レクカレンダー

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	絵手紙教室	ペン習字	かご編み ※理美容締め切り	お手玉積みゲーム	スリッパ飛ばし
	ストラックアウト カラオケ	移動販売 カラオケ	お手玉積みゲーム カラオケ	ピンポン玉送り カラオケ	移動販売 カラオケ
7	8	9	10	11	12
手工芸 理美容	絵手紙教室	フラダンス	集団運動脳トレ	輪投げ	テーブルゲーム
お手玉棒倒し カラオケ	紙コップタワー カラオケ	移動販売 カラオケ	クッキングレク カラオケ	魚釣り カラオケ	移動販売 カラオケ
14	15	16	17	18	19
手工芸	絵手紙教室	ペン習字	かご編み ※理美容締め切り	ボールDE運動	魚釣り
風船サッカー カラオケ	ボウリング カラオケ	移動販売 カラオケ	足ボウリング カラオケ	集団運動・脳トレ カラオケ	移動販売 カラオケ
21	22	23	24	25	26
テーブルゲーム 理美容	絵手紙教室	フラダンス	かご編み	集団運動・脳トレ	タオルDEポン
みんなでDE棒体操 カラオケ	テーブルゲーム カラオケ	移動販売 カラオケ	タオルDEポン カラオケ	お花の日 カラオケ	移動販売 カラオケ
28	29	30	4月のお花の日は4月25日・4月28日となっております。 4月10日・4月29日はクッキングレクを予定しております。		
体操レク	絵手紙教室	ペン習字			
お花の日 カラオケ	クッキングレク テーブルホッケー カラオケ	移動販売 カラオケ			

※当日の状況によりレクリエーションの内容を変更する場合がございますのでご了承ください

 お寿司を食べてきました！

好きなお寿司を注文しました！

なごやか亭！

うどんも食べましたよ！

デザートも美味しく頂きました。



デイサービスセンターら・せれな

 桜の開花はいつでしょう！ 

冬の季節も駆け足で終わり、春も近づいて参りました。今年、札幌の桜の開花予想は平年より早いそうで、4月24日頃と4月中の開花予定となっております。春が待ち遠しいですね！桜の花ことばは「精神の美」「優美な女性」だそうですよ！

3月の外出レク(お寿司レク) 

3月の外出レクで、なごやか亭にお寿司を食べに行ってきました。久しぶりのお寿司の方も多く、ご自身で好きなお寿司を注文し、皆様表情良く召し上がられておりました。

 寒暖差にご注意を！ 

日中の気温も少しずつ上がって参りました。温かくなったり急に寒くなったりと季節の変わり目でございます。体調を崩しやすい時期ですので、いつもと身体の調子がちがったり、体調不良の際は無理せずかかりつけ医や、最寄りの医療機関の受診をご検討ください。

札幌市北区百合が原3丁目1番1号

011-702-1152