

# 9月みずほ便り

## お知らせ

～別冊号～

### ●9月の散髪予定日のお知らせ

9/5(月)～10(土)の期間になります。  
\*カット代は、**2000円**となっております。  
**ご利用日に予約**をお願い致します。



### 敬老会について



☆9月19日(月)は『敬老会』です  
ボランティアの方による楽しい踊り等々の催し物を企画しています。お楽しみに!  
**13時頃～15時頃**

★9月20日(火)★  
野原 博様によるマンダリンの演奏会



### ●9月のシナプソロジー●

- ・『四動作』
- ・『奇数偶数』



## 今月のレクリエーション

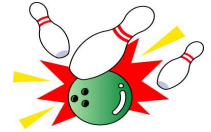


5日～10日

### 『上がってボウリング』

\*カーブのかかったレーンにボールを投げピンを倒します。

効果：上肢筋力の向上  
筋肉の協調性、向上



12日～17日

### 『おやつレク(お月見編)』

\*お月見に、ちなんだおやつ作りを予定しています。

効果：他者との交流

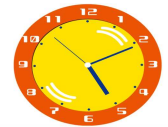


19日～24日

### 『これ何時?ゲーム』(集団)

\*紙に書いてある時計の時間が何時何分かを制限時間内に当ててもらいます。

効果：脳の活性化



26日～10月1日

### 『栗を拾いましょう!ゲーム』

\*栗に見立てたボールを鉄ばさみで掴み後ろのかごに入れていきます。

効果：上肢筋力の向上  
集中力の向上

