



2025 年  
11 月号  
デイサービスセンター  
すがのの郷  
☎54-5350

# すがのの郷だより



急に寒くなりましたね。

夏の暑さが長びき、秋を楽しむ間もなく  
冬を迎えようとしていますが、寒暖の差で  
体調を崩さないようお気を付けください。

衣服の調整や体を温める食材を取り入れるなど  
工夫をしながら、冬に流行する風邪などに負けないよう  
体調を整えていきましょう！



## すがの運動会

毎年恒例の運動会が開催されました。紅白 2 グループに分かれて  
対抗戦です。

定番のひもつなぎや、大玉送りなどの種目に加えて、ストローを  
コップに入れていくリレーや、うちわからうちわにお手玉を移す  
リレーなどの新種目も！

落とさないように！  
急いで！急いで！

選手宣誓！  
がんばるぞ！



皆さんの集中力と予想以上の活躍がみられ、  
とてもにぎやかで楽しい運動会を開催することができました。

 寒くなってきました!



① 体は冷やさないで!

朝の送迎時、寒いので室内でお待ちください。

② 乾燥には保湿を!

乾燥する季節です。お肌の乾燥予防に、ニベア等の保湿剤を記名してご持参ください。よろしくお願いします。

## お知らせ



 文化祭について

すがの郷文化祭を開催中です。

廊下に作品を展示していますので、ご自由にご覧ください。

 年末年始のお休みについて

12/30~1/3は 年末年始の休館となります。振替利用を

ご希望の方は、ケアマネージャーもしくはすがの郷職員まで早めにお声がけください。



 赤い羽根共同募金について

10月1日より赤い羽根共同募金が始まりました。

高齢者や障害のある方への支援、地域活動、災害支援に役立てられます。ご協力よろしくお願いいたします。



## 11月レクリエーションの予定

1~2日	おばけをやっつけろ!	17~23日	コーンボーリング
3~9日	 柿あつめ	24~30日	 芋ほりゲーム
10~16日	カレンダー・お好み喫茶	都合により内容が変更となることがあります。	