

# 聖明デイケア通信

2026年2月号 (第94号)

## カレンダー作り

## 創作 ~紙粘土~



こねて



描いて



2月のカレンダーは節分やバレンタイン、猫の日をイメージして作成しました。

たくさんのだるまが完成しました。福が来ますように。



## クラフト作品

クラフトバンド作品です。空き時間を利用しながら作業しています。興味を持って新たにクラフトバンドを希望する方も増えています。



## 木工

~椅子作り~

今月も椅子の制作を行いました。作り始めて2カ月。ようやく椅子の枠組みが完成しました。ビス打ちは、留める為、木材を抑える方と参加者が協力し合うことが出来ました！



来月は完成した椅子に色を塗っていきます！カラフルに仕上げ、華やかにしていく予定です。



## イベント

新しい年がスタートし、季節の行事を楽しみました。

### <書き初め>



毎年恒例の「書き初め」を行いました。2026年の抱負や目標、思いを自由に書いてもらいました。作品はデイケアで飾らせてもらいました。



### <季節行事> ~かるた大会~



年初恒例のかるた大会を開催しました。5か所に分かれ、チームと個人の獲得札数で競いました。札が少なくスタートの手の位置を頭や腰にし、平等と安全に配慮しながら進めました。

“お正月といえは！？”の間に「みかん！」と言うことで、今回の参加賞はみかん。皆さんに喜んでいただけました。上位者にはお菓子の詰め合わせもみんなで楽しみながら取り組みました。



## 健康講座

~手洗い講座~

講座では手洗い方法によって菌の残り方が違うことや、タイミングなどを学びました。その後は、実際に手洗いチェッカーローションを使用し、どれくらい菌が落ちているか確認しました。



手洗い方法を確認しながら、丁寧に手洗いをしました



しっかり洗ったつもりでもまだまだ残っています！



## リラックスタイム

~ホットアイマスク~



寝る前のヨガを行い、副交感神経を優位にすることで眠りやすい状態にしてからホットアイマスクをつけて寝たまま瞑想を行いました。目も身体も疲れが取れてリラックス♪

