

令和4年12月号

# Hello!ふぁみりいだより

早いもので今年もあと1か月となり、1年が過ぎるのもあっという間だと感じております。師走に入り、寒さも一段と厳しくなってきましたが、皆様も体調にはくれぐれも気を付けてお過ごしください。

デイサービス ふぁみりいでは12月22日の冬至前後の日では、ゆず湯を企画しております。ゆず湯には、血行を促進して冷え性を緩和したり、体を温めて風を予防したり、果皮に含まれるクエン酸やビタミンCによる美肌効果、さらに芳香にリラックス効果があるそうです。寒い冬を元気に越して頂き、来年もお互いに楽しく過ごせればと思います！

今号より、11月から管理者となりました安藤が引き継がせて頂きます。今後とも宜しくお願い致します。

## 年末年始休業のお知らせ

令和4年12月31日(土) 最終営業日

\* 昼食までのご利用になります

令和5年1月1日(日)~令和5年1月3日(火) 休業日

## ボランティア大募集中！！

ただいまボランティアさんを募集中です。配膳、活動の補助、傾聴のボランティアなどです。お問い合わせは安藤まで

有限会社ナイスケア デイサービスふぁみりい

〒169-0075 東京都新宿区高田馬場4-31-10 FLAT MELS 1階

TEL03-6279-3460 FAX03-6279-3461

# 11月の活動報告

## レクリエーションで楽しみました



## 元気に体を動かしています

