

あんしんかんデイケア便り（2014. 1月号）



あけましておめでとうございます



旧年中は皆様に格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

昨年は東京オリンピック開催決定や富士山の世界文化遺産登録など、久しぶりに明るいニュースがたくさんありました。

さて、本年はどんな年になるのでしょうか？消費税の増税など、不安な要素もありますが、ぜひ明るく笑って過ごしていきたいものです。

私たちあんしんかんスタッフ一同は本年も「ご利用者様に元氣になっていただく」という思いを忘れることなく、引き続きリハビリやレクリエーションなどのサービスの向上に精進して参る所存です。

本年も変わぬお引き立ての程、何卒よろしくお願いいたします。

皆様のご健勝とご発展を心よりお祈り申し上げます。

あんしんかんデイケアマネージャー 松村 直樹



1月の予定

14日(火)15日(水)16日(木) ひのき風呂



29日(水) みおんくらぶ様による歌と踊り



お知らせ

1月14日(月)～18日(土)の期間で
2014年度のお誕生日カード用の
写真撮影があります。



あんしんかん川柳

お題 「新年を迎え思うこと」



ふと思ったこと、目標や抱負を川柳や短歌・俳句にして
ご参加ください。よろしくお願い致します。

〆切 平成26年02月08日(土)



あんしんかんデイケアスタッフのいつもの姿の内に秘めた野心(?)をご紹介します

スタッフの

2014年の目標・抱負

大桑 ゆみ	☆体力をつける	☆週に1回はウォーキングをする
岡野 侑平	☆体脂肪率12%を目標にランニング・筋トレ・ジムに通う	
熊谷 瞳	☆熊谷Jr. づくり頑張る！	☆2014年こそはスリムボディになる！
越川 恵	☆ランニングをつづけてできるようにがんばる！	恋♡もがんばる！
清水 靖江	☆リフティング100回！	
高橋 由香	☆ダイエット 目標 10Kg！	
滝沢 美幸	☆息子(次男)の高校野球を思い切り楽しむ！(今年から3年間)	
竹内 紀美	☆ダイエットをして、美顔をして、旦那をギャフンと言わせる！	
手塚 正和	☆気象予報士資格取得(8月) ☆ロードレース20Km以上に出場	
新美 身世子	☆週に3回はウォーキングをする(春から)	
藤澤 奈央子	☆体を動かすことを始めてみる(まずはストレッチから)それを継続させる	
山岡 光裕	☆貯金	☆思いやりを持つ
山田 恵子	☆オカリナの音階をマスターする	
吉田 邦恵	☆ごみを溜めずに金貯める！	
渡辺 ゆうこ	☆ホノルルマラソン出場	
斉藤 敦司	☆サクスの演奏と表現のスキルアップ(憧れの講師とアドリブでセッションしたい！)	
小川 利明	☆酒をだらだら飲むのではなく、休肝日を入れ楽しく飲みたい	
築山 敏明	☆一生楽しめて夢中になれる物事を探したい	
長谷川 健	☆健康管理と週3回のウォーキング	
福田 徹	☆目標30Kg 減量！！(予定)	
金高 俊和	☆今年は大きなお魚釣れるといいな	
佐々木 敏裕	☆自転車通勤がんばって、3～5キロ位やせたい	
久松 進	☆年間12ラウンド以上(ゴルフ) ☆週2, 3回ウォーキング又はジョギングで通勤する	



なんだか運動系が多く、アスリート集団のようですが、とにかく健康に気をつけ、
それぞれの形で上手にリフレッシュする時間が持てて、
プライベートも仕事も充実した1年にできればと思います。
本年もどうぞよろしくお願い致します。



斎藤労災病院あんしんかんデイケア