



# ひまわりファミリー通信

～R2.12～



早いもので、今年もあと1か月となりました。今年はどうな年でしたか？一般的には『新型コロナウイルス流行』に尽きるのではないのでしょうか。感染対策で「新しい生活様式」を取り入れ、戸惑う事も多かったですね。

我が家も中学校が臨時休校になり、子供達が長期の休みになりました。以前は勉強と部活動で毎日忙しく、ゆっくりと話せずでしたのですが、久しぶりにボードゲームをしたり、一緒に映画を見たりと楽しい時間を過ごす事が出来ました。自粛期間中で不安な事もありましたが、悪い事ばかりではなかったと思います♪

マスクの着用や消毒は、新型コロナウイルスに限らず、感染予防の基本になるものです。これからの季節はインフルエンザや風邪も流行期に入ります。かからない・うつさないために、継続していきましょう。

## ≪活動報告≫

11月24日(火) 健康づくり 場所：レジャーランボウル・ゆめのゆ

日頃の運動不足を解消するため、ボウリングに行ってきました。

「久しぶりだから、どれだけ出来るか…」「あんまり上手じゃないし…」と言っていた方も、自分の順番が回ってくるまで隣のレーンでイメージトレーニングをされるなど、気合十分でした♪  
2ゲーム目に入ると肩が温まった様子で、ストライクやスペアが連発！白熱した勝負となりました。よいストレス発散になりましたね(^^)♪



その後はゆめのゆで館内着に着替え、焼肉をいただきました。ボリュームたっぷりのセットで、お腹いっぱいになりました。時間に追われることなく、ゆっくりと食事が出来たのではないのでしょうか。食後は入浴を楽しむ方もおられました🍷参加された皆さん、お疲れさまでした。



## ≪今後の予定≫

☆12月18日(金)は職員勉強会を行わず、一日作業日といたします。勉強会は日程を変更させていただきます。日程は決まり次第お知らせいたします。

☆12月28日(月)クリスマス・忘年会

午前中は大掃除をして施設をピカピカにして、午後は忘年会をしましょう。新宅製麺所の年越しそばと、食事を用意いたします。みんなで楽しい時間を過ごして、一年を締めくくりましょう♪

年末年始のお休みは、12月29日(火)から1月4日(月)です。長いお休みになります。年始に皆さんと元気にお会いできるのを楽しみにしています！良いお年をお迎えください🍷