



2023年 2月・第87号

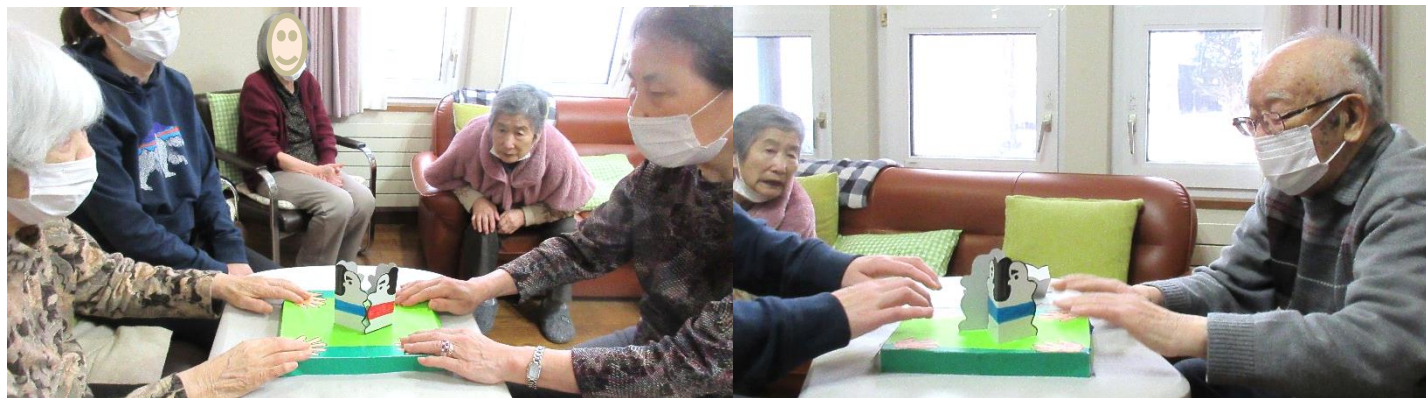
発行元 社会福祉法人北海道ハピネス
和幸園芸術の森 ティーハウス 伊比沙のえるの森
札幌市南区石山東7丁目1-55
連絡先 011-594-2077



節分豆知識

昔は季節の節目には“邪気”が入って来やすいとされていた為見えない悪い物を鬼に見立てて豆を巻き邪気払いをするようになったのが節分の始まりです。節分に食べると縁起が良いとされている恵方巻。2023年は南南東を向いて願い事をしながら無言で食べるのが良いとされています。

2月の節分に合わせて鬼の顔を作って頂きました。
2月3日には豆まきを予定しています。
皆さんで邪気を払いましょう！



懐かしのとんとん相撲で対決しました。とんとんとリズム良く指を動かされました。

のえるの森では食前にお口の体操を行っています。ぜひご自宅でもご家族と一緒に試してみたいでしょうか？

- ① 口を大きく開け「あーいーうー」と繰り返し発声する。
- ② 頬っぺたを膨らませる
- ③ 舌を出来るだけ長く出す。また舌で左右の口角を触れる。
- ④ 息が喉に当たるように強く吸って止め3つ数えて吐く
- ⑤ 咳払いをする
- ⑥ 「パタカラ」を連続して発声する（唇や舌の動きをよくします）その他首を左右に倒したり両手を上に上げ背中を伸ばす等軽くストレッチします。



のえるの森 2月 レクレーション

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 スコーンボ-ル	2 今日は 何の日?	3 節分 豆まき	4 イントロ クイズ
6 北海道 クイズ	7 ことわざ クイズ	8 音楽療法	9 昭和スター クイズ	10 伝言ゲーム (避難訓練)	11 輪投げ ゲーム
13 昔話クイズ	14 テーブル カーリング	15 ペアでポン	16 難読漢字 クイズ	17 新聞棒体操	18 射的ゲーム
20 ココロ ボーリング	21 昭和ヒット曲 を唄いませう	22 ちぎり絵	23 お手玉 カップイン ゲーム	24 風船ゲーム	25 箱の中身は 何でしょ う?
27 リズム体操	28 風船バレー				

、上記以外にもたくさんのレクレーションを行っています

※青いところは若干名の空きがございます。

(1月31日現在の予定) 追加や振替利用のご参考にして頂けると嬉しいです。



【サービス提供時間】 9:30~16:45

【利用定員】 12名

【営業日】 月曜日~土曜日・祝日
(12月31日~1月3日は除く)

〒005-0850

札幌市南区石山東7丁目1-55

電話: 011-594-2077

FAX: 011-594-2088

〈管理者〉 新井 〈相談員〉 阿部

【送迎地域】 札幌市南区全域