



フレンズ便り



2026年4月号
フレンズケアセンター
リハビリコース
(連絡先) 世田谷区下馬2-21-11
☎ 03-3422-7211

春の訪れとともに、フレンズの周りの公園などにも色とりどりの花が咲き始め、気持ちも晴れやかになる季節となりました。季節の変わり目で体調を崩しやすい季節でもありますので、引き続き体調管理に十分配慮しながら、安心してお過ごしいただけるよう職員一同努めて行きます。
【春土用】季節の変わり目に当たる土用には体調を崩さないように特定の日に体に良い物を食べる習慣があります。(例 夏・土用の丑の日にうの付く食べ物...ウナギ)春土用には戌の日が設定されており、今年は18日と30日に“い”の付く食べ物・白い、食べ物が良いとされています。

い、...芋・インゲン豆・イワシ・いなり寿司 他にも沢山ありそうですね！考えてみましょう！



フレンズ和桜 満開

レクの時間で皆様に扇・桜の花・葉っぱ等、作って頂き、壁に飾りました。色とりどりの作品に春の訪れを感じていました。



☆29日(土)は祝日ですが営業いたしますので、お間違えの無いようお願い致します。



☆24(金)・25(土) 訪問理美容を実施致します☆
ご利用になりたい方は職員までお知らせください。

☆17日(金)・18日(土) 春の行事は桜茶会を予定しています。



4月は下記の日程でお誕生会をいたします。おめでとうございます。



11日(土) 芝崎さん

13日(月) 柴田さん・矢口さん

23日(木) 新保さん・松本さん

29日(水) 江本さん・佐島さん

※都合により変更になる場合もあります



令和8年4月予定表

日 月 火 水 木 金 土

日	月	火	水	木	金	土
			1 体操・発声・パワリハ 小松さんの音楽会	2 体操・発声・パワリハ レクリエーション	3 体操・発声・パワリハ レクリエーション	4 体操・発声・パワリハ 書道(希望者)・レク
5		6 体操・発声・パワリハ レクリエーション	7 体操・発声・パワリハ フラワーアレンジ(希望者) ・レクリエーション	8 体操・発声・パワリハ 小松さんの音楽会	9 体操・発声・パワリハ レクリエーション	10 ☆体操・発声・パワリハ 書道(希望者)・レク
12		13 体操・発声・パワリハ レクリエーション	14 レクリエーション	15 体操・発声・パワリハ 小松さんの音楽会	16 体操・発声・パワリハ 書道(希望者)・レク	17 ☆体操・発声・パワリハ おやつ 桜茶会
19		20 体操・発声・パワリハ レクリエーション	21 体操・発声・パワリハ 書道(希望者)・レク	22 体操・発声・パワリハ 小松さんの音楽会	23 体操・発声・パワリハ レクリエーション	24 ☆体操・発声・パワリハ おやつ 桜茶会
26		27 体操・発声・パワリハ 書道(希望者)・レク	28 ☆体操・発声・パワリハ レクリエーション	29 体操・発声・パワリハ 小松さんの音楽会 ・誕生会	30 体操・発声・パワリハ レクリエーション	31 レクリエーション

※☆体操印の所は理学療法士による体操を実施致します。

※フラワーアレンジ(2,000円)・書道(200円)については費用がかかります。

※都合によりプログラムの変更やパワーリハビリが中止になる場合がございます。