

# 天間荘 敬老・楽笑祭開催!



可愛いチアリーダーに  
皆さんの笑顔が  
全開です♪♪♪



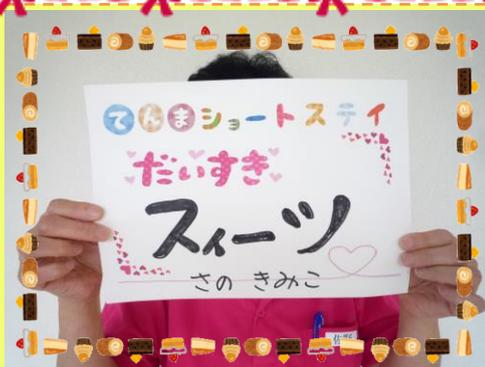
9月12日(土)

お天気にも恵まれ、大盛況で開催する事ができました!

皆様のご協力、ありがとうございました! 来年はショート職員で出し物しますか?!

皆さん、見に来てくださいますか???

# つるカメ新聞



## ★職員紹介★

佐野 君子

私の顔を見に来てください♪  
皆様のお越しをお待ちしております☆

松岡 由美子

ニコニコ笑顔で頑張っています!  
私の笑顔も見に来て下さい★

平成27年10月25日 発刊  
担当: 望月規巳子  
責任者: 渡邊真奈美

ホームページも  
ご覧下さい。  
<http://www.shina-i-kai.jp/tenmaso>

## まなみ's room

秋の夜長、皆さんはどんな風に過ごされていますか?

私は音楽が好きなので、音楽鑑賞しながら読書をする事もありますが、好きな音楽を聴いたり、楽器を奏でたり歌を歌ったりなど、音楽を通じた



さまざまな方法は脳の活性化に繋がるリハビリテーション法のひとつだそうです。また脳を活性化させるばかりでなく、気持ちを落ち着かせるリラクゼーション効果もあり、食欲が増す、ぐっすり眠れる、笑顔が増えるなどの効果も実際に生み出しているそうです。

確かに大きな声で歌ったりするとすっきりしますよね?

特に子供の頃に歌った唱歌や若い頃流行した曲を選ぶと更に効果が期待できるそうです。てんまショートでも歌を用いたレクリエーションを随時行なっていますが、皆さんも是非お試しください。

脳も気持ちも喜んで“スッキリ~”になりますよ。



11月20日 月レク

★『お寿司を食べて皆で歌おう♪』

11月16日~22日 週レク

頭の体操週間!!

11月26日(木) 理美容

(変更もありますが第4木曜日が基本です。)

12月18日 月レク

★『クリスマスケーキ作りとサンタさんからプレゼントGET』

・・・何かもらえるの?!

