



# すいせん通信12月号

雪がちらつく日も増え冬らしい季節になってきました。  
外に出る回数も減る時期ですが室内でも出来るストレッチなどで

体を動かす習慣をつけ体力の低下を防ぎましょう。

## 日常のご様子

おやつを食べたり室内ですが散歩を楽しんだり皆様思い思いに  
日常を楽しまれています。

紙芝居の時は色々な作品を見ながら懐かしいと喜んでいただけ  
たようです。

