

# まどかのたより



2018年10月25日  
発行 特定非営利活動法人  
在宅福祉サービスまどか  
理事長 大野木綾子  
我孫子市天王台 2-3-1-101  
TEL 04-7181-2567  
FAX 04-7181-2568  
<http://www.npomadoka.com>  
[mail@npomadoka.com](mailto:mail@npomadoka.com)

## 《まどかデイサービス》

少人数制の地域密着型デイサービスです。  
日頃の運動不足やなかなか人と話す機会が  
少ない等・・・お考えの方は、是非ご参加  
下さい。

皆さんと一緒に室内で身近にあるものを使  
って家でも出来る運動をしたり、暖かな日差  
しの中自然と触れ合いながらの屋外歩行を行  
ったり、月一度の外出行事も取り入れています。

運動の他にも手工芸や歌等も楽しんでいただ  
いています。

個人に合った体操  
も行っています



背筋が伸びて姿勢が良  
くなった気がしますよ

毎回、季節感を味わ  
いながらの屋外歩  
行訓練も気持ち良  
いですよ  
**ちょっと、ひと休み**



暖かい日差しの中  
歩行訓練！！  
\*足取りも軽く\*

帰ってからの  
温かい昼食も  
楽しみです



火曜日・木曜日 9:45～15:00  
皆様もぜひご見学にいらしてく  
ださい。お待ちしております。  
在宅福祉サービスまどか  
我孫子市天王台 2-3-1  
☎04-7181-2567 担当 松崎

## 《まどか交流会》

H30年10月13日こもればいホールにて、まどかの交流会を行いました。

### 交流会プログラム

- 13:00 主催者あいさつ
- 13:05 まどかデイサービス  
歌で体操 365歩のマーチ
- 13:20 まどか水曜の会  
歌：赤とんぼ  
ふるさと（振り付き）  
ダンス：東京キッド  
踊り：炭坑節（皆さんで～）
- ～ 休憩 ～
- 14:00 自己紹介
- 14:20 MKD（まどか健康ダンサーズ）  
銀座カンカン娘
- 14:40 閉会の言葉 1本締め  
歓談タイム
- 14:50 お見送り



まどかデイサービス  
歌で体操 **365歩のマーチ**



皆さんで輪になって炭坑節を踊りました

歓談タイム

あいにくの雨模様でしたが、和やかなひと時を過ごしていただきました

歓談  
タイム



### 水曜の会

毎月第2水曜日に「歌と踊りの会」をしています。参加費1回200円  
皆様のご参加をお待ちしています  
我孫子市天王台2-3-1  
坂東バス 久保台バス停徒歩1分  
電話 04-7181-2567

