

きらめきだより

2月号 れいわ ねん がつ にちはつこう だい ごう
令和8年2月1日発行 第215号

♪利用者の声と活動を紹介します♪

社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団
大崎むつみの里第1事業所
自立訓練（生活訓練）
さいたま市緑区大字大崎37-1
電話：048-878-3723



もうすぐ節分の時期ですね！（利用者Y）

しんねん 新年になりました！

年末、年始は、どう過ごされましたか？お掃除をしたり、紅白を見たり、初詣に行ったり、駅伝を見たり、僕は墓参りを兼ねた初詣に家族三人で行きました。何かを願ったり、目標を持ったり、夢のようなものを意識したりと、そうゆう時期です。何かのテレビ番組では、目標のためのがんばりを継続するコツは、適度に休むこと、自分を上手に甘やかすことだと、取り上げられていました。完璧主義は禁物です★（利用者Y）



おおききこうえん どうぶつえん
大崎公園の動物園でモルモットに触りました！



みなかそ
皆で書き初め！！

みなかそ 皆で書き初め！

皆で書き初めをしました。自分の家族の名前や、ふだんから気にかけていることを書く人がいたり、いろいろな人がいます。僕は意味のありそうなことなどを、書いてしまうのですが、意味などを聞かれても、困ってしまうのですが(^ω^)(利用者Y)



かつどう ようす 活動の様子

今月は寒かったので、いつもと違い地域清掃には行けませんでした。窓掃除をしたり、トイレ掃除をしてむつみの里の中を綺麗にしました★

また体力をつける面でも、毎日ラジオ体操やニギニギ体操をして、身体を動かしています！！風邪をひかない健康な体を作りましょう！！



さむいけど活動を頑張るぞ！！



2026年2月 日課プログラム



月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
個別学習	グループワーク	運動レク	地域清掃	カラオケ
創作	散歩	個別学習	レク	個別学習
9日	10日	11日	12日	13日
個別学習	グループワーク	建国記念の日 おやすみ	散歩	グループレク
創作	レク		卓球	個別学習
16日	17日	18日	19日	20日
個別学習	グループワーク	運動レク	散歩	グループレク
創作	散歩	個別学習	卓球	個別学習
23日	24日	25日	26日	27日
天皇誕生日 おやすみ	グループワーク	運動レク	散歩	グループレク
	レク	個別学習	レク	個別学習
<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p style="text-align: center;">日課</p> <p>10:00 ~ 朝の会</p> <p>10:30 ~ 午前の活動</p> <p>12:00 ~ 昼食 休憩</p> <p>13:00 ~ 午後の活動</p> <p>15:00 ~ 終了片付け</p> <p>15:20 ~ 帰りの会</p> <p>15:30 ~ 退所</p> </div>				