

自由空間通信

2025 年

6 月号

NEW

## あれこれそれ

発行 自由空間

いわき市植田町中央 3-7-6

TEL 0246-84-7214

FAX 0246-84-7215

jiyukuukan@el-faro.or.jp

<https://www.el-faro.or.jp>

美味しいね！



## 日常のひとコマ

工作活動を頑張っています！

これから誕生会を  
盛り上げます！！

体をたくさん動かししました！



季節を感じる手作り作品！！



公園に行きました！



## NEW FACE

令和 7 年 2 月 4 日から通所されています！  
森田さんです！  
これからも、よろしくお願いします！



## 今月の健康講座

梅雨の季節です。  
最近、気温の変動が大きく、体に  
こたえますね…

今から暑い夏に備え、体調を整え  
ていきましょう！ そのためには…

- ① バランスの良い食事を摂る
- ② 睡眠を十分に取る
- ③ 運動を習慣化する

普段の生活の中で、見直せること  
を見付け、これからの季節を元気に  
乗り切りましょう！

