

# ★きらきら★

# なかじょう

# NEWS!



きらきら★なかじょうNEWSとは…

令和6年10月号

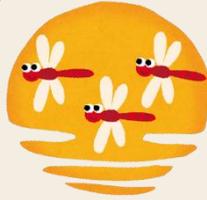
毎月、ご利用者様の運動や行事の様子など、いろいろな活動風景を皆様にお届けします。

なかじょうデイサービスセンター西山 〒950-0113 新潟市江南区西山578-1

TEL:025-278-5080

## <<10月号のトピック>>

- ★ 9月の行事
  - ・ぶどう狩り
  - ・敬老会
- ★ 集団運動・小集団運動
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



### ★ 9月の行事

- ・ぶどう狩り

一面に実ったぶどうの下で甘いぶどうをおやつに召し上がられ、素敵な笑顔が見られました。じっくりと悩みながらお土産を購入され、みな様お買い物を楽しまれていました。

- ・敬老会

賞状とプレゼントをお渡しすると「お祝いして貰えると思わなかった」と驚く方もいらっしゃいました。これからもずっとお元気でいて下さいね

- ★ 集団運動・小集団運動

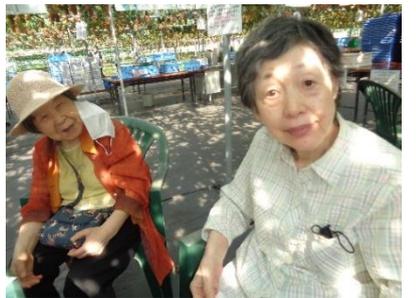
機能訓練士指導のもと、上下肢の筋力低下予防運動を集団で行っています。

- ★ レクリエーション

他者交流を交えながら、頭や身体を使ったゲームや軽体操に参加して頂き、楽しい時間を過ごされています。

- ★ ご利用者増員のお知らせ

## ぶどう狩り行事



## 敬老会



## 集団運動・小集団運動



棒体操やボール体操で肩を鍛え、肩回りの可動域を広げています。肩甲骨を動かし血流やリンパの流れを促すことで、肩の改善の他に疲労や冷えの緩和が期待できます

## レクリエーション



～クシャクシャ玉入れ～

新聞を丸めて玉にし、頭の上のカゴに投げ入れるゲームです。丸める事で手指の運動になり、腕を伸ばしカゴに入れ上肢の筋力も鍛えます。

～棒ではさんで投げ入れて～

2本の新聞紙の棒で玉をはさみ、箱に早く投げ入れる速さを競います。はさんで入れる動きで、上肢と下肢の筋力を鍛える事が出来ます。



営業時間：8：30～17：30  
サービス提供時間：9：30～16：30  
営業日：月～土  
※祝祭日も営業しております。  
休業日：日曜/お盆（8/15）  
年末年始：（12/31～1/2）  
※ご利用時間はご相談ください。



### 空き情報/18名定員

月曜日：○（空きあり）  
火曜日：○（空きあり）  
水曜日：○（空きあり）  
木曜日：○（空きあり）  
金曜日：○（空きあり）  
土曜日：○（空きあり）

## ご利用枠増員のお知らせ

10月から1日の定員が15名から18名になり、より賑やかなデイサービスになりました。これからも楽しく過ごしていただける様職員一同頑張っておりますので、宜しくお願い致します。

