

★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11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

<<11月号のトピック>>

- ★ 10月の行事
 - ・足湯行事
 - ・避難訓練
- ★ 集団運動・小集団運動
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



★ 10月の行事

・足湯行事

デイサービスの敷地内に足湯を準備し、温まっていたいただきました。歌を唄われたり談笑されながらゆっくりと浸かったりとそれぞれ楽しまれました。

・避難訓練

今回は調理場から火災が起き、建物内から室外に避難する想定で行いました。

熱心に説明を聞き、すばやく安全に避難することができました。水消火器を使用した消火体験では勢いよく水が出ると拍手や「おお～！」と声が上がりました。

★ 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。

足湯行事



避難訓練



集団運動・小集団運動

大きな動作で脚を開閉する動きで股関節の柔軟性が高まり、日常動作の動きがスムーズになります。骨盤のゆがみが取れ代謝が良くなる効果も期待出来ます。



レクリエーション

～ペットボトルボーリング～

ボールを転がす事で楽しみながら腕を鍛える事が出来ます。ペットボトルが全て倒れると、喜び合うお姿が見られました。

～キャッチリング～

新聞の輪を腕で受け止めるゲームです。投げ手が投げやすい様に腕を前に伸ばす動きで、腕や肩の可動域を広げる事が出来ます。



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）
※ご利用時間をご相談ください。



壁画制作

食欲の秋ということで柿と栗をメインに壁画を作っていました。画用紙を丸めて組み合わせた栗の作品に興味を持たれ、近くまで来てご覧なる方もいらっしゃいました。



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）