

★きらきら★ なかじょう NEWS!



きらきら★なかじょう NEWSとは・・・

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

令和7年1月号

<<1月号のトピック>>

- ★ 12月の行事
- ・クリスマス会
- ★ 個別機能訓練
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



- ★ 12月の行事
- ・クリスマス会

クリスマスの曲が流れ、サンタクロースが登場すると歓声が聞かれました。くじ引きで当たったプレゼントとクリスマスカードと一緒に、ツリーの前で記念撮影を行いました。とても良い笑顔で写られた写真は後日、お持ち帰りしていただきました。

おやつにはケーキを召し上がっていただき「家ではケーキを食べないから嬉しい」「私にもサンタが来るとは思わなかった」との声が聞かれておりました。

- ★ 個別機能訓練

機能訓練士指導のもと、上下肢の筋力低下予防運動を個別で行っています。

- ★ 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。

- ★ 壁画作成

毎月その季節や時期に合わせた壁画を、沢山皆様から作成して頂いています。

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。

クリスマス会



個別機能訓練



レクリエーション



I 様

92歳

課題

- ・ 下肢の怠さや痺れが時々見られ、歩行意欲の低下が見られます。運動のやりすぎで疲労や歩行時の転倒への不安があります。

訓練内容

- ・ 下肢ストレッチ・下肢筋力訓練
- ・ ボール体操 (エアロバイク)
- ・ 下肢、足指のマッサージ機

改善した点

と効果

- ・ 身体がリフレッシュ
- ・ 正しい姿勢が身につく
- ・ 効率よく運動を行える

アドバイス

運動への意欲が高い I 様へは、効率が高く質の良い運動メニューを提案いたしました。取り組む中で運動へのやりがいを感じていただきました。

～紙風船～

紙風船を手ではじきあげた回数を競います。「懐かしいね」「昔は出来たんだよ」との声が聞かれ、この日の最高記録は200回でした。

～剣道メーン～

スズランテープを棒で打ち、新聞紙の帯を落とすゲームです。新聞紙を大きく振り上げてスズランテープを打つことで、上肢や体幹を鍛え姿勢の維持・改善を図ります。

壁画制作

今月は雪だるまを作りました。帽子やマフラーの色もそれぞれ変え、立体的にしたりと工夫が見られておりました。得意分野に合わせて作業を行っていただき、多くの利用者様が協力して下さいました。



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)