

通所のイベント

表紙を飾ったのは、新メンバーを加えた「ゆうゆうよさこいチーム」です!今年「絆」をモチーフにした華やかな応援旗も準備し、ゆうゆう祭の最後を飾りました。

毎年、進化・変化する「ゆうゆうよさこいチーム」は、お祭りには欠かせません。次はどんな踊りになるのか、楽しみにお待ち下さいね。

7・8月

通所・入所の
イベント情報



ゆうゆう祭1



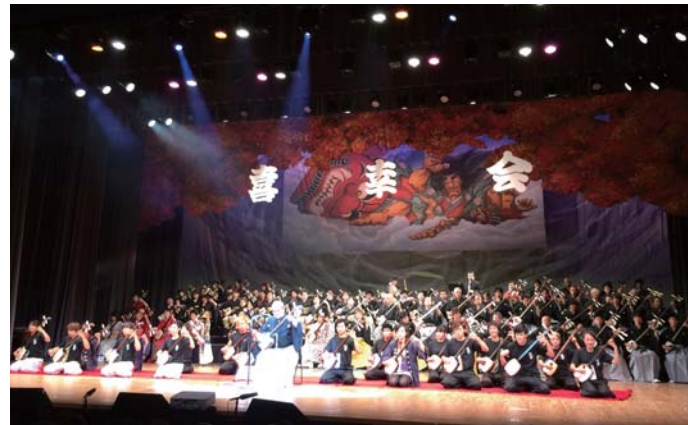
今年初めて石岡・富田囃子連の皆様をお招きし、お囃子を披露していただきました。本場の音色は最高でしたね。

ゆうゆう祭2



埼玉から阿波おどりグループ「健」の皆様をお招きしました。躍動感溢れる踊りが、すべての人を魅了しました。

民謡・津軽三味線外出1



「喜幸会」の定期演奏会に行ってきました!三味線や太鼓の音は、観客の鼓動に語りかけるようで、迫力を感じました。

民謡・津軽三味線外出2



若者が踊る沖縄伝統芸能のエイサーは、会場が一体になる感覚を感じました。力強い動きとジャンプ力には、驚かされました。



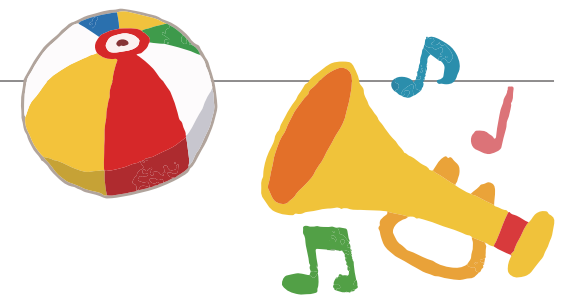
アップルパイを作りました!



デイケアでは、毎日、ティータイムにおやつを提供しています。今回は、おやつを作るところから楽しもうと、アップルパイ作りを行いました。

焼き上がりには、甘い香りがフロア内に漂い、ご利用者もスタッフも思わず笑顔になりました。ご自身たちで作ったアップルパイは、より一層美味しく感じられたようで、「次は何を作ろうかな?」と、会話が弾みました。次回もお楽しみに!

入所のイベント



クラウンが遊びにきました!

関東近辺のクラウンの方々が遊びにきました。カラフルな衣装によって、フロアの空気はさらに明るくなりました。

居室内や廊下などの至るところで、アコーディオンやピアノの演奏、バルーンアートのサプライズなどがあり、ご利用者もビックリ!

また、紙相撲や紙風船、シャボン玉などの昔懐かしい遊びでは、ご利用者もスタッフも大いに盛り上がりました。紙相撲では、どちらのご利用者も負けまいと真剣勝負!勝っても負けても思わず笑顔になりました。

また遊びに来ていただけることを楽しみにお待ちしております。

けんこう豆知識

— 第8回 —

秋バテってあるの?

秋は、スポーツや行楽、読書など様々なことに挑戦しやすい時期ですが、身体がだるい、眠れないなど夏バテに似た症状がみられることがあります。

これが「秋バテ」と呼ばれ、夏から初秋にかけての劇的な気温の変化に加え、夏の生活習慣が抜けきらないことが原因で引き起こされる身体の不調です。

これらを予防するには、「体内から暖めること」が重要です。朝にコップ一杯の白湯を飲むことや、38～40度のぬるめのお風呂にゆっくり入ることが良いと言われています。

猛暑で疲れた身体をねぎらうことを心がけ、秋を満喫しましょう!

リハビリテーション科 作業療法士 大野 静佳

リハビリ器具紹介



新型ニューステップ

新型ニューステップを導入しました!!

以前の機器に比べて座面が滑りにくく、より安全性を考慮したものになっています。また、機械音が静かになり、快適に運動を行えるようになりました。

表示画面では歩数、運動時間、消費カロリー、負荷量などを一度に確認することができ、楽しみながらトレーニングすることができます。

全身の筋力が低下している方や体力をつけたい方は、是非、新型ニューステップをお試し下さい。