

★きらきら★

なかじょう

NEWS!



きらきら★なかじょうNEWSとは…

令和5年11月号

毎月、ご利用者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月のトピック>>

- ★ 11月の行事
・紅葉狩り外出行事
- ★ 集団運動・小集団運動
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



★ 11月行事
・紅葉が美しい季節になりました。
白山公園と神社、お天気が悪い日は秋葉山にドライブに出掛けて来ました。
景色を見たり写真撮影を行い秋を楽しみました。
ハイチーズ!

★ 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。

★ 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。



紅葉狩り外出行事



集団運動・小集団運動



指先を動かすと脳の血流量が上がり、認知症予防や物忘れなどに効果があります。
足上げ運動時には腕の動きも意識しながら行っていただきました。



レクリエーション



～ボッチャ～
床に敷いたマットに向かいボールを投げ合計得点を競います。楽しみながら腕と肩を動かすことができます。パラリピックでも行われている競技です。
～グラグラ重ね～
慎重に重ねた後も崩れないかドキドキしてしまいます。沢山積めると周りから拍手が起こりました。



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。



空き情報/15名定員

- 月曜日：×（要相談）
- 火曜日：○（空きあり）
- 水曜日：×（要相談）
- 木曜日：◎（空きあり）
- 金曜日：○（空きあり）
- 土曜日：○（空きあり）

壁面作成

お花紙を丁寧に広げ華やかな山茶花が完成しました。
花の季節が終わりましたが西山はまだ花盛りです。
周りのフクロウも可愛らしく出来上がりました。

