

★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5月号

<<5月号のトピック>>

- ★ 4月の行事
- ★ お花見ドライブ
- ★ 個別機能訓練
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



★ 4月の行事

・お花見ドライブ

さくらが満開の時期を目掛け、お花見ドライブに行ってきました。

一日目・二日目は天気にも恵まれ、桜の下で記念撮影を行いました。

最終日は風が強く車内からのお花見でしたが、満開の桜を見ると「うわあ綺麗だね」「今が一番見頃だね」など笑顔でお花見を楽しまれておりました。

★ 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。

お花見ドライブ



個別機能訓練



I 様

83 歳

課題 慢性的な腰痛、握力低下、円背姿勢による歩行能力の低下の恐れ

訓練内容 ・ぶら下がり(背伸び体操)
・上下肢筋力訓練
・ボール体操・棒体操
・上肢ほぐし・歩行訓練

改善した点・身体を伸ばすことにより姿勢改善と効果
・下肢筋力の維持
・訓練後の握力の向上

今後の目標 日を跨いでも良い姿勢を維持できる

レクリエーション



～洗濯物干しゲーム～

衣類に見立てた新聞紙を干して取り込むまでのタイムを競うゲームです。日常生活を送るうえで大切な「洗濯物を干す」という動作をゲーム感覚で楽しみながら行っていただきました。

～新聞ボール運び～

輪に括り付けたスズランテープを手繰り寄せるゲームです。輪の上に置いてあるボールを落とさないように皆さん慎重に運んでいました。



壁画制作



空き情報/18名定員

月曜日：△(要相談)

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)

今月は菜の花畑を作りました。黄色のお花紙で作った鮮やかな菜の花に誘われ、蝶々も飛んできました。お花紙の貼り方や配色など細部までこだわり、協力しながら製作を進めておりました。

