★きらきら★ なかじょう NEWS！

きらきら★なかじょうNEWSとは・・・　　**令和７年６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

＜＜5月号のトピック＞＞

★　5月の行事
　・おやつ作り
★　個別機能訓練
★　レクリエーション
★　壁画作成

★　５月の行事
・おやつ作り
５月の行事はおやつ作りを行いました。
牛乳を液を混ぜるグループと桃をカットするグループに分担し、同卓の利用者様同士で協力しながらおやつ作りを進めておりました。
完成したおやつを召し上がりながら、「美味しいね」「これはなんていうやつなの？」など会話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）
※ご利用時間はご相談ください。

おやつ作り

個別機能訓練

Y様　　89歳

課題　　腰痛　足底の痺れ

訓練内容
- 棒体操
- 上下肢筋力訓練
- ボール体操
- シックスパッド
- 腰背部、下肢ほぐし

改善した点と効果
- 下肢筋力の維持
- 足底の痺れが軽減する
- 実施後の姿勢改善

今後の目標　日々の散歩を継続できる

レクリエーション

～洗濯物干しゲーム～
新聞紙で作った点数別の枠の中にお手玉を投げ入れるゲームです。皆さん腕や脚など全身を使いゲームに参加され、高得点ばかりの接戦でした。

～おにぎりの中身は？～
おにぎりの中身を書いた紙を丸めて置き、指定された中身の紙を探すゲームです。今回は5種類の具材でゲームをし、「なんのおにぎりがいい？」や「鮭が良いなあ」など会話にも花が咲きました。

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「おぉ～！」と声が上がりました。

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）