

★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9月号

毎月、ご利用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

<<9月号のトピック>>

- ★ 8月の行事
- ・スイカ割り
- ★ 個別機能訓練
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



★ 8月の行事

・スイカ割り

スイカの美味しい季節となり、西山でもスイカ割りを行いました。

「そのまま真っ直ぐ〜！」や「もうちょっと右だなあ〜」などの周りの利用者様の声を頼りにスイカに見立てたボールに大きく棒を振りかぶり、当たると「おお〜！」と歓声が上がりました。

おやつには冷たいスイカを召し上がっていただきました。

★ 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。

スイカ割り



個別機能訓練



レクリエーション



T様

91 歳

課題

足が上がらずすり足歩行で前のめりになることを防ぎ転倒しない歩き方を身につける

訓練内容

- ・歩行訓練
- ・下肢筋力訓練
- ・ボール体操
- ・シックスパッド
- ・下肢ほぐし

改善した点

・下肢筋力の向上

と効果

・足の上がり良くなる

今後の目標

ボールを使った下肢の挙上訓練、座位で行うつま先、踵の上げ下ろし運動で体幹筋、下肢筋の向上を図り踵から足をついて歩行出来るようになる

機能訓練士 西村 勇希

～玉入れ～

今回は足の甲にお手玉を乗せ、玉入れを行いました。足で玉入れを行うことでバランス感覚の向上や体幹が強化され、姿勢の改善効果があります。

～ゲートボール～

杖でボールを打ち、得点別のカゴに入れるゲームです。ボールが転ばないように皆さん慎重に打ち、今回の最高得点は150点でした。カゴにボールが入るたび「おお～」と歓声があがりました。

壁 画 作 成

夏といえば花火。西山にも色とりどりの花火が打ち上がりました。新聞広告と折り紙を使い配色にこだわりながら作っていただきました。



空き情報/18名定員

月曜日：×（空き無し）

火曜日：×（空き無し）

水曜日：○（空きあり）

木曜日：○（空きあり）

金曜日：×（空き無し）

土曜日：○（空きあり）