

★きらきら★

なかじょうNEWS

2026年
7月号



季節の花々を楽しむ外出レクリエーション

瓢湖あやめ園へ

初夏の風を感じながら散策して来ました!!



色鮮やかに咲くあやめを見に、瓢湖へ行ってきました。広い園内を休憩を挟みながら、ゆっくり散策。季節の花々を楽しまれています。「きれいだね」「気持ちいいね」と会話も弾みます。園内全てを見て回ることはできませんでしたが、初夏の自然を感じながら、心地よい時間を過ごせました。また行きましょうね!

日頃の備えを大切に!!



新潟地震の日に合わせて、避難訓練を実施しました。災害発生時を想定し、職員誘導のもと、避難経路や避難時の動きを確認しました。



防災クイズ

避難訓練後は、災害クイズでさらに防災意識を高めます。災害時の対応や日頃からの備えについて楽しく学びました。「もしも」の時に落ち着いて備える事が出来ようにしましょう!!



災害発生!!

身を低くし、頭を守りましょう。テーブル下に入れる方は職員と一緒に。クッションや雑誌で身を守る方法もあります。揺れが収まったら、実際に避難所までの経路を確認しました。発生から避難終了まで、素早く安全に避難完了です。

機能訓練



●今後の課題

身体の痛みなく、歩行を行うことができる。

●今後の目標

できる運動を継続し、筋力・体力を維持する。

0様 94歳 女性

●既往歴

糖尿病境界型、高脂血症、齲歯、爪白癬

●課題分析

膝部痛、腰部痛の訴えが聞かれており、歩行時にはふらつきが見られている。また、すり足歩行も見られている為、声掛け見守りが必要。

●全体目標

現在できる生活動作を維持する。

●訓練内容

上肢下肢可動域、筋力訓練
ボール体操、体幹トレーニング
棒体操

●取り組みの成果

- ・立位、歩行の安定。
- ・身体部痛の軽減
- ・歩行姿勢の改善。
- ・ADLの維持と向上。
- ・運動意欲の向上。
- ・表情の明朗化。

空き情報

月曜日	○	空きあり
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

体験、見学、お問い合わせ等、随時受け付けております。

〒950-0113

新潟市江南区西山578-1

なかじょうデイサービスセンター西山

TEL:025-278-5080

季節の制作活動

七夕飾りを作成中！

色とりどりの折り紙で作る七夕飾り。好きな色を選ぶところから始まります。ご友人同士作り方を教え合ったりしながら、楽しく交流しています。



切ったり、貼ったり、折ったりと作業を分担して、みんなで作ったたくさんの七夕飾りは、大きな竹に飾る予定です。

七夕イベント当日は、願い事も短冊に書きましょうね！