

桃梨の里たよ 9月

J Aデイサービスセンター 桃梨の里
0283-23-8820 H27年9月発行

桃梨の里では午前中にリハビリ器具を使った運動や足浴、脳トレなど利用者さんが行えるようスタッフが声をかけさせて頂いています。最近では利用者さんから「～がやりたい」など声も聞かれるようになりました。午後もみんなで言う体操やレクリエーション、カラオケなど行い楽しく過ごしています。



お話ししながら無理せずゆっくり



ちょっと一息



目標100回！！



脳トレ



最近ではクロスワードもやるようになって楽しみが増えました！



足浴で疲れをとって、血液循環を促進！！



皆で歌えば怖くない♪^-^)



～ 10M 歩行測定経過 ～

Sさん	男性	43秒	→	24秒
Hさん	男性	21秒	→	21秒
Hさん	女性	26秒	→	28秒
Sさん	女性	30秒	→	20秒

利用者さんに協力していただき、運動前と一か月間運動を行ってもらった後の測定経過を記録しています。歩行速度には個人差はありますが、歩行時のふらつきは軽減して以前に比べ安定した歩行になってきている様子でした。今後もみなさんに声掛けをしながら継続していきたいと思います。