

たすけあい泉

# にじりハビリティ新聞

令和4年(2022年)秋号

にぎやかで アットホームな デイサービスです♪



## 敬老の日

## おめでとうございます！！

お祝いと感謝を込めて、9月 **敬老会** を行いました。  
コロナ禍にて今年も外部からボランティアを呼ぶことが  
できませんでしたが、その他ビンゴ大会や利用者様の踊り  
などでたくさんの笑顔がみられました。

記念品に、**感謝状**を進呈いたしました。

どうか皆様何事もなくコロナ禍を乗り越え、いつまでも  
お元気で「にじ」に来ていただけたらと願っております。



## 手先のリハ・脳トレ



物を作ることが好きな方、レクリエーションで使う道具と一緒に作っています♪



ちょっとしたひと時、皆さんで集まって楽しんでいます♪

## 麻雀・習字



ご自分の好きな麻雀や習字ができます。曜日があるのでお問い合わせください♪



## ミニ運動会

9月、秋のにじ運動会を行いました

選手宣誓！

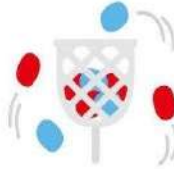


白組  
がんばれ！

玉入れは毎回  
エキサイトし  
ます

赤組  
がんばれ！

赤白に分かれ、各種競技を皆様  
ちからいっぱいされて、楽しい  
一日を過ごされました。



カゴも移動し  
てきます

玉送り



ヒモ送り

記念メダル



# 個別機能訓練って何をしているの？

パワーリハビリを行うスタッフと機能訓練指導員(看護師)が協力し合って、利用日毎に各自に合った機能訓練を実施しています。

少人数での集団体操や、認知症予防・進行を防ぐために効果的な手指の訓練も引き続き行っています。



## ラダーステップ体操



小刻み歩行になりやすい方の大股歩行の目印にしたり、床の数字に合わせて足踏みをする。頭の体操にもなります。

## 壁に貼ってある数字をタッチ



数字を捜したり、上肢を伸ばす体操になります。

## 手すりを使った下肢運動



姿勢を意識して行います。

## 足裏ボール転がし



むくみの軽減、関節の柔軟性を高めます。

## 手先の訓練



三つ編みなど細かな動きの訓練です。

## お箸訓練



お手本通りに並べたり、指先でつまむ訓練に変えたりする。

## 数字並べ



つまむ動作と数字を見つけて並べる頭の体操。

## 色カード



めくる訓練や、色を答えたり神経衰弱ゲーム、色合わせに使います。

## 歩行訓練



可能な方には階段昇降も行っています。

## パワーリハビリ



機能訓練士が利用者様それぞれに合ったプログラムを考えています。マシンの人気のリハビリです。

# 活動報告・トピックス

楽しくゲームを行いながら上肢・下肢の筋肉を使い運動効果を上げています。

## ♪スタッフ手作り レクリエーション!

午後のリハレクの時間に  
楽しんでいます。



秋さがし(下肢運動)



ピンポン玉ぼん!  
(上肢運動)



## ♪柿のオーナメントを 作りました!

真剣に切ったり貼ったり、  
バランスを感が手作ります。



消毒、マスク着用、ソール  
シャルディスタンス、換気を  
徹底して行っています。



## ♪大型カレンダーづくり

フロアに飾る季節感  
あふれるカレンダー  
を皆さんで協力して  
作ります。



寄り添う真心 明日へ続く 笑顔のために (「にじ」令和4年度スローガン)

お問い合わせは

**にじリハビリデイ**

〒245-0014 横浜市泉区中田南4-26-10

TEL:045-801-7326

ホームページも見てね!

2022年10月発行

たすけあい泉

検索

