

ひまわり通信

🍴🍷 **グルメデー** 🍷🍴

花見弁当

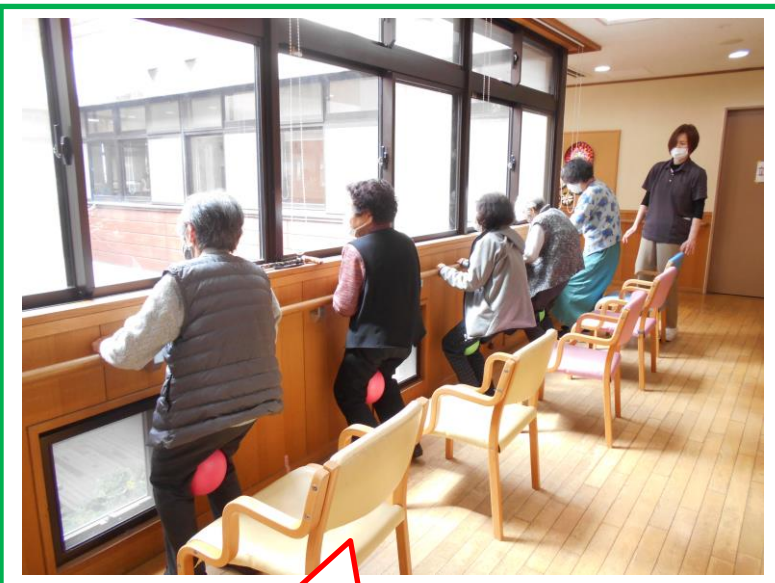
心踊る、おかずのパラダイス

2024年 4月号

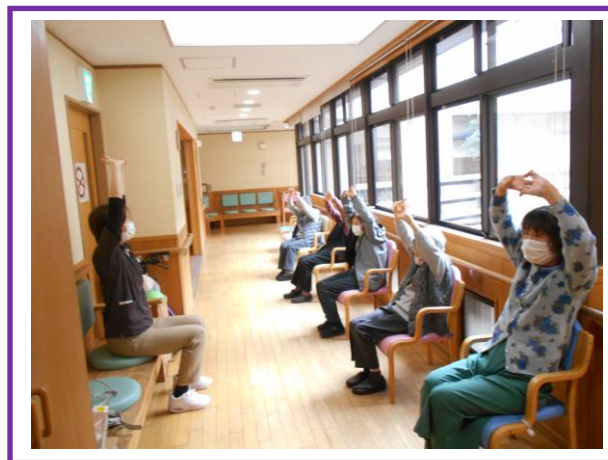
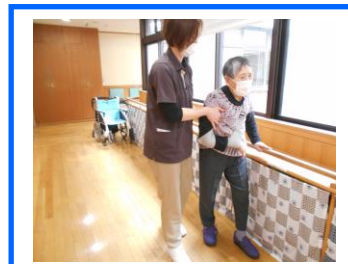
日	月	火	水	木	金	土
	1日 将棋	2日 トランプ	3日 書道 トランプ	4日 将棋 トランプ	5日 書道 トランプ	6日 トランプ
7日 休み	8日 将棋	9日 トランプ	10日 グルメデー 書道 トランプ	11日 将棋 トランプ	12日 書道 トランプ	13日 トランプ
14日 休み	15日 将棋	16日 トランプ	17日 書道 トランプ	18日 将棋 トランプ	19日 書道 トランプ	20日 トランプ
21日 休み	22日 将棋	23日 トランプ	24日 書道 トランプ	25日 将棋 トランプ	26日 書道 トランプ	27日 トランプ
28日 休み	29日 将棋	30日 トランプ				

機能訓練の紹介

機能訓練では、小グループで行う座位や立位で行う体操などに加え、個別的に屋外歩行練習などの目的に応じた訓練も実施しています。



個々の能力に応じ、重りなどつけて負荷をかけたり、ゴムボールやチューブなども使って運動します☆運動後はいい汗がかけ、気持ち良いよという感想もあります！



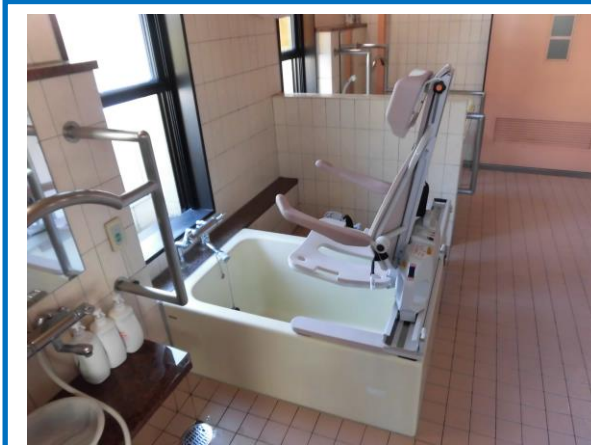
エアロバイク（自転車こぎ）は、テレビの画面をみたり音楽を聴いたりしながら運動していただきます。あっという間に時間も過ぎて効果的な足の運動ができます！



入浴設備の紹介



大浴



リフト浴



個浴

椅子は浴槽の淵と同じ高さにしてあり、座位のまま、跨ぐ動作の練習も可能な環境に設定してあります。

～入浴設備～

ゆったり足を伸ばして入れると好評の大浴、お一人での入浴を好まれる方や、自宅でお風呂に入る為の練習もかねることができる個浴、浴槽の跨ぎや座位が難しい方も浸ることができるリフト浴、があります。

今の身体能力や体調、生活環境に合わせて入浴方法を選んでいきます。また、できるだけご自身で入浴動作を行っていただくことで、能力維持につながるよう支援しています。



～新入職員紹介🌸～

皆さん、はじめまして。
曾根 花音（そね かのん）です。
趣味はカーブ観戦で、月に2から3回はマツダスタジアムで観戦しています！推しの選手は曾澤選手と末包選手です。野球好きの方語りましょう～
また、学生時代は陸上部で短距離を7年間してました。体力には自信があります！
皆さんとたくさんお話しして、早くひまわりに慣れるように頑張ります。そして毎日元気に身体を動かして、楽しく過ごしていきたいと思っております！
よろしくお祈りいたします☆

曜日別定員空き状況 / 現在 定員 35名

月	火	水	木	金	土
5	7	7	8	3	3

送迎・昼食・おやつ付無料体験利用実施中！

☆お気軽にお問い合わせください☆

ふれあいセンター協同

デイサービスセンターひまわり ふれあいセンター協同2階

安佐南区西原九丁目8-22

電話：874-4085 FAX：874-4093 管理者：鬼塚

●写真の掲載につきましてはご利用者様・ご家族様の了解を頂いています。

屋食付無料体験利用実施中！！☆お気軽にお問い合わせください☆

☆過去のひまわり通信は、ホームページで見ることができます☆

「ふれあいセンター協同」で検索してみてください！