



例えば... 午前中は洗濯や掃除など、ご自宅で出来る活動を行い、午後に通所し、目的に合わせたリハビリテーションを実施するなど生活スタイルに合わせてご利用していただけたらと思います。詳細や申し込みは直接もえぎに問い合わせるか、担当の介護支援専門員へお願いします。

通所リハビリテーション(デイケア)

◆短時間(2〜3時間)の利用枠が新設されました◆

New

この春から、もえぎの通所リハビリテーション(デイケア)が、少しだけ変わりました。

利用していた人数が増えたため、エントランスホールにパーティション(間仕切り)を作り、デイルームと共に模様替えしました。又、今までは、

1日(6〜8時間)の利用のみでしたが、新たに短時間(2〜3時間)の御利用も始めています。

短時間通所していただき、リハビリを集中して行う時間を生活の中に作ることで心身の健康に繋げることを目的としています。

午前の部は9時頃〜11時頃のご利用。
午後の部は14時頃〜16時頃のご利用になります。

実施内容は、

- ① およそ20分の個別リハビリ
- ② 自主練習(利用者様の状態に合わせて、おもりを使った筋力運動、マシンを使った運動、歩行練習など)
- ③ 計算問題などのプリントなどによる脳トレーニングとなります。

食事と入浴の提供はありませんが、送迎があります。運動内容の拡充のため、新たにストレッチコーナーが増えました。ストレッチやボールを使用した自主練習だけでなく、軟らかいマットを利用してバランス練習なども実施していきます。

毎年恒例お花見



4月20日(月)〜23日(木)の4日間、今年も中野市東山公園へお花見に行ってきました。桜は満開を少し過ぎた頃でしたが、風が吹くと、桜の花びらが利用者を包み込むように舞っていました。その中、名物の揚げ饅頭を頬張りながら、お茶を飲んで、花と春の風を楽しんできました。

新人紹介

この春から5名の職員が新たに赴任しました。
みなさんよろしくお願ひします。



理学療法士
西島 拓実



管理栄養士
押鐘 芳恵



つくし棟
介護福祉士
田村 早苗



まつば棟
看護師
富澤 純子



デイケア
看護師
齋藤 知美

雪深し飯山へ

― 外出レクリエーション(三月) ―

かえで棟

新飯山駅にも立ち寄りしました(^ ^)!



もうすぐ春。たくさんあったはずの雪も、連日のぽかぽか陽気のおかげですっかりなくなり、草花があちらこちらで見かけるように。が、まさかの外出日は雪！そして冷たい風が吹き付ける悪天候でした。そんな雪と風にも負けずに3月10日(火)、雪国飯山へ出かけてきました。飯山の観光名所「高橋まゆみ人形館」を皆さんはご存知でしょうか？館内には手作りの人形たちが「古き良き日本の家庭」を表現していました。ご利用者様達からは、「懐かしい」「昔を思い出す」「上手に出来ているわね」などといった声がたくさん聞かれました。道中に見えた遠くの山々は雪で白く、吹き付ける風も冷たく、まさに「冬ならではの雪景色や気温」を肌で感じられたと思います。

ひな祭特別献立

3月3日(火)の昼食は「ひな祭り特別献立」でした。

にぎり寿司やほうれん草の胡麻和え、イチゴなど、春の訪れを感じさせる色鮮やかな食材を今回は特別にお弁当箱で提供され、いつもとは違った雰囲気のある食事に、利用者様からも「いいわね!」「美味しい!」と大変好評で、とても印象に残る行事献立となりました。

特別献立は年に10回程度予定しており、毎回皆さん楽しみにしていらっしやいます。



編集後記

新年度がスタートし2か月が過ぎようとしています。皆さんは今年から何か始めた事はありますか？私は高校生になった息子のお弁当作りが始まりました。下にも弟・妹がいるのであと何年子供のお弁当を作るのか…まだ始まったばかりですが上手に息抜きしながら頑張ろうと思っています。

ボランティアさん募集

歌や踊り・楽器演奏、利用者様のお話し相手
車椅子の清掃やお花の手入れ
レクリエーションのお手伝い
など

