



デイケアだより
バックナンバー
はこちらから



のぞみデイケアだより

2024年6月発行
介護老人保健施設のぞみ

運動会は学校行事だけでなく、施設・地域等でもスポーツの定番イベントとして浸透していますが、明治時代、海軍兵学寮の授業は座学ばかりであったため、ストレス発散や運動の機会を増やすことを目的に始められたそうです。現在では運動するだけでなく、一致団結してやり遂げることで交流を深め、達成感や満足度を感じることも期待されているそうです。

のぞみデイケア・初夏の

運動会

6/10から1週間ミニ運動会を開催しました。
全員赤組・一致団結。見学者も笑っちゃう楽しい運動会でした。
皆様、数日後の筋肉痛にはお気を付けください。

ミニ☆

第1種目 — ボーリング —

ボールに
気持ちを
込めて…

狙いを
定めて

それいけ!

狙うのは
ストライク
のみ

はちまきの
位置から
闘志を感じる

オーバースローで
本気を見せる!

手首のスナップがすごい2人
プロ選手だったのかも…

第2種目 — 輪投げ —

熱烈な指導で
高得点ゲット

こんな奇跡も
ありました





102歳
若い者には
負けません

今年101歳
スピードが速くて
カメラが追い付き
ません



素晴らしいフォーム
ドラフト会議で
指名されそうだ!

第3種目
— 玉入れ —

玉入れのカゴが動きます
よ〜く狙ってえ👁️

これはチャンスだ!
入れろ入れろ〜!!



この玉の軌道は頭に
ぶつかりそうだ〜



今回の競技の記録を伸ばしたい
人におすすめのリハビリはこちら

皆さん
お疲れさまでした
商品は何をゲット
しましたか?



オムニ
ローダー

腕・肩周辺
の筋力を付
けます👏

※リハビリの先生の指導のもと行ってください
身体の状態によってはできない場合もあります

上下に動きます

⇒平川市
5歳の作品

のぞみデイケア 一日の流れ 7月

| | | |
|-------------|---------------|------|
| 08:00~09:15 | 送迎(お迎え) | |
| 09:30~10:30 | リハビリ | お風呂 |
| 10:30~11:30 | お風呂 | リハビリ |
| 11:45~12:15 | 昼食 | |
| 12:15~13:15 | お昼寝 | |
| 13:30~14:30 | 手芸など | |
| 14:40~15:00 | 軽体操・レクリエーション | |
| 15:00~15:20 | 3時のおやつ | |
| 15:20~15:45 | 帰宅準備(トイレ・着替等) | |
| 15:45~16:45 | 送迎(お帰り) | |

※7月の入浴は男性からです

7月の予定

上旬 施設長の診察
毎週木曜日 散髪



かき氷イベントありますよ
末頃 1ヶ月の平賀へお買い物