



～生活がイキイキできるデイサービス～

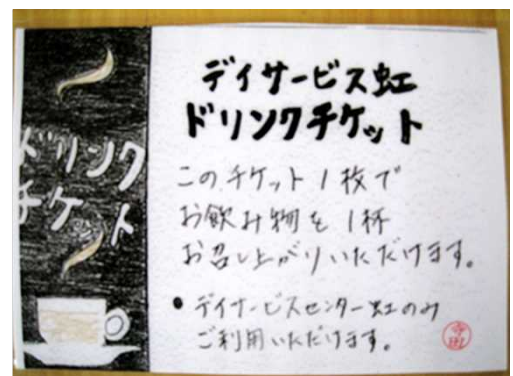
2018年11月号

本号では、皆さん楽しく歩かれているお散歩プログラムの近況についてご報告したいと思います

今月号のお便りでは、お散歩プログラムの近況のご報告をさせていただきます。

9月からのお散歩プログラムでは、フロア1周40mを1周する毎にシールを1枚貼って頂きました。目標はシール50枚！！現在、見事3名の方が目標を達成されております。達成された方にはデイサービス虹でご利用頂けるドリンク1杯無料券をお配りさせていただきました。

目標達成！！おめでとうございます♪♪

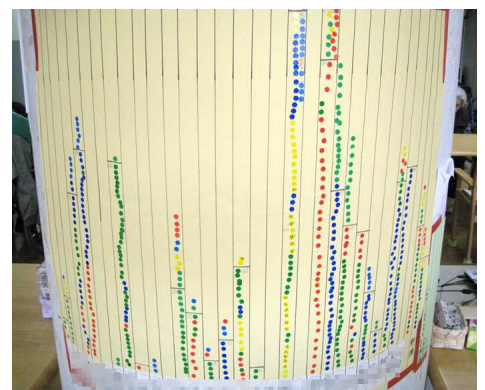


～～9月から10月末までのお散歩プログラム～～

ご利用者様が声をかけ合いながら歩く姿や一生懸命に頑張る姿が多くみられる2ヶ月間でした。この2ヶ月間で歩いた距離は集計し、連絡帳等に記載させていただきました♪♪

歩くことは全身の運動であり、また有酸素運動ですので身体にも脳にも良いとされています。

「昼からは歩く時間やから。」「今日は何時から散歩をするの？」等の声を頂いています。歩く事が習慣化されつつあり、嬉しく感じています。



シールを自身で貼って頂くことで指先の運動にもなっています。



今年の7月から始まったお散歩プログラム。この4ヶ月間で多くのご利用者様の歩く機会が増え、活動量が増加しました。来年の平成31年からは、さらに活動的になって頂けるような新たなプログラム実施していければと考えています。ご期待下さい！！