

～生活がいキイキできるデイサービス～

2020年5月号

本号では、毎日お昼から行っている歩行プログラムにおいて変化が
 見られてきたので、お伝えしたいと思います。

4月より自身の歩行距離の記載方法を変更しました。以前は、ルームに貼っている個別の
 用紙にご自身でシールを貼っていましたが、今回からは、個人別のカレンダー方式になった
 ことで日付けを考える、歩行周回を思い返す機会が増えました。『あなた何周した?』や『今
 日はここに書くんだよ。』と周囲の方とのコミュニケーションが増えたり、頑張っ
 て歩いて
 いる方がおられると、『もう少しやってみよう!』と
 思って頂けるようになった方も出てきて
 います。是非この調子で声も掛け合いながら取り組んでいきたいと思います。今年度のプ
 ログラムの目標は、【1年間で琵琶湖1周】です。ルームの1周は約40メートルです。琵琶
 湖1周は200キロメートルなので、5000周となります。皆で力を合わせて一緒に目
 標を達成しましょう!!



皆さん、1ヶ月間お疲れ様で
 した。4月末日までで、計
876周することができまし
 た!!皆さんのペースで無理
 せず出来る範囲で取り組
 んでいきましょう。

歩行プログラム記録表

氏名: [redacted]

お昼から皆さんで歩いたり、車椅子をこいで作を動かしまし
 しょう。
 13:30スタートです。
 何周もわったのが数字を記入しましょう!!

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
6	7	8	9	10	11
13	14	15	16	17	18
20	21	22	23	24	25
27	28	29	30		

お疲れ様でした。継続して頑張ってください!! (※3日)

このように個人ごとに記入してい
 だいています。



琵琶湖1周まであと
4124周
 です!!

今年から歩行プログラムは、リハビリプログラムとして変更し、力を入れています。歩
 行ライン（歩くところの目印）も新たに修正しました。皆さんに増々元気になってい
 だけるよう頑張っていきたいと思ひます!!