

楽楽館だより 第178号【令和4年4月度】



沖縄は早くも入梅。関東も気温の高低差が激しく、はつきりしない天気の日も増えています。4月は街中も、館の周りも様々なお花で彩られ、皆様喜んでくださいます。写真左はモッコウバラ、右は源平桃です。最近は、ご利用者様の中にもスマホを駆使される方が増え、ご自分のスマホで花の写真を撮る…なんて方も多くいらっしゃいます。90歳になっても近代文明を使いこなされるというのは、素晴らしいですね。4月のご様子をお届けいたします。



◇～5月のガーランド・可愛い鯉のぼり！～◇

5月のこどもの日に向けての作品作り。今回は“鯉のぼりのガーランド”に決定！ハサミで切り、ポンドで貼っていく作業です。最後に本物の枝にくくり付けたら完成♪「色合いが明るくてとても良いわね～！」「もったいないけど孫に上げよう！」等、皆様とても喜ばれました。

館で取り組む制作で重要視しているのは、“少しでもできることをしてみる”という部分です。一人一人心身状態は違うため、ご自分の状況に合わせて“少し”チャレンジしていただいています。そうすると、今までできなかったことができたり、「この方は少し頑張るとここまでできる」ということが分かったり、生活動作の改善にもつながっていくためです。無理なく、楽しく、機能訓練になればと考えています。



◇～皆でがんばる体操の時間～◇

4月は3カ月に1度の体力測定の月でした。全体的に機能維持・改善されている方が多くいらっしゃり、安心したところです。楽楽館では、朝の会が終わると機能訓練の時間が始まります。まずは平行棒を使った立位運動。下肢筋力訓練、バランス訓練を中心に行います。次に、一人ずつ踏み台運動へ。待っている方々も、ボ～っとするのではなく、足踏みに合わせて数を数えたり、手拍子をして応援していただきます。皆さんの声に合わせて、足の動きが悪い方もリズム良く階段昇降ができるようになります。その後は、座位、臥位と、様々な体勢で運動を行います。「みんなと一緒にできる！」と、休憩をはさみながら頑張っている様子です。



◇～今月のナイスショット～◇

(写真・左)

第2パワリハスタジオが5月で開設1年を迎えます。爪のお手入れをしながら、看護師と健康相談♪(女子会?)



(写真・上)

南流山の第1スタジオで行ったパターゴルフの様子。男性ご利用者様も多く、ゴルフと聞くと血が騒ぐ?!方も。大盛り上がりです☆

(写真・右)

広い駐車場があるのが特徴の第2スタジオ。機能訓練士と屋外歩行訓練にも使っています。