

# すこやか だより

2019  
5月号



5月に入り、桜も満開！新しい時代も無事に幕を開け「令和」も生サービスセンターすこやかは元気いっぱいです！あたたかい日も続き、5月なのに 30℃を超える日もありました。熱中症対策をしっかりとしながら、初夏を存分に楽しんでいきたいと思います。今月もたくさんの活動を通じてみなさまの笑顔をとくさん見ることができました。



紹介していいのかな？  
いけない大人の…シリーズ  
ひそかに人気のこのアンビ



サイコロを一個使い出る目を当てました。4色に塗った円盤を回し勝負しました。どちらが一番損をしたのは…？

## 機能訓練

菅原先生・三神看護師による立位体操



立ったままで行う体操です。手をあげたり、足をあげたりします。筋肉やバランス感覚を刺激します。利用者様全員に対し個別昨日訓練プログラムを作成、作業療法士や看護師などの指導のもとでプログラムを消化していきます。

## 創作活動・役割活動

細く切った色紙を巻いて作る紙ビーズでツツジや糸で繋いで藤の花を作ったり、季節に合ったものを製作中です。洗濯物たたみ等の役割活動も手早く手際よく・・・



## 5月のレク

毎月楽しいレクリエーション

手を使って、足を使って、頭を使って！今月も大爆笑！



ぎりぎりに寄せて！

テーブルから落とさず端に狙いを定め、ぎりぎりに寄せて止めます。ちょっとした力加減に皆様四苦八苦しながらも大笑い！



## 足で輪投げ！



自分側の色になるように、片手でひたすらひっくり返していきます。自分の色を間違えたり、つつい両手を使ったり。集中力がが必要です！



赤白パタパタ  
ひっくり返して！

足で輪投げをしました。床に置いたプラボールがひっくり返ったら得点になります。思ったように飛ばなくて、せっかく当たってもぐるりと一回転して元に戻ったり。集中して真剣そのものでした。