

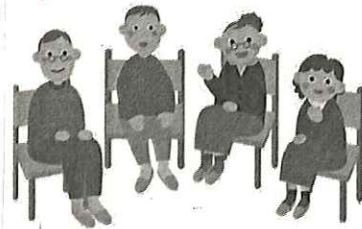


びっぐすまいるだよ

平成29年10月号

裸足になって、ボールを投げて、大はしゃぎ♪

秋といえば、スポーツの秋♪お散歩などのリハビリに最適な季節です♪
 お昼を食べて少しくつろいだ後、午後からは皆さん一緒に行く全体体操。
 利用者さんに飽きずに楽しんで頂くため、職員はあれこれと工夫を凝らして
 体操に取り入れています。最近、皆さんに取り組んで頂いているのは、靴下を
 脱いで裸足になり、椅子に座って踵をしっかりと床につけたまま、つま先をしゃ
 かり持ち上げ足をトントンと叩きつける足踏み体操♪
 「えー靴下も脱ぐのー?」「なんや恥ずかしいわ」なんて言いながら、裸足に
 なるだけで、皆さんキャッキャと自然に笑い声がこぼれます♪
 パチパチ音を鳴らすことを目標にして、体操が始まると皆さんたちまち真剣
 な表情に…。音を出すのが以外に難しいと職員も必死でした(笑)
 次は新聞紙の登場!足の指を使って、新聞紙をちぎり長さを競います、これが
 また難しい!!「これ難しいわあー」「あら、出来た!」皆さん口々に独り言が
 出てきます(笑) 男性利用者さんたちは、ボールを使った体操がお得意です♪
 いつもは静かな方もひとたびボールが登場すると、「おっ!」と声を出しながら
 飛んでくるボールを華麗にキャッチ!女性利用者さんたちをリードして、ボール
 を投げたり、蹴ったり♪いつの間にか、夢中になって大はしゃぎ♪
 気持ちよく、楽しく体を動かして、笑顔もいっぱい体操タイムなのでした♪



目標を達成するって、嬉しい! 楽しい!

利用者さんごとに目標を設定し、行っている個別リハビリ。
 「近くのスーパーまで独歩でお買い物に行く!」ことを目指して、リハビリに
 取り組んでおられるのは、お風呂大好き、食べる事大好き♪のMさん。
 最初は「しんどいし、怖い」と歩くことに対する自信がなく、「階段は嫌。でき
 ない」と消極的だったMさんですが、室内での階段昇降や下肢の筋力アッ
 トレーニングといった、個別リハビリのおかげで、少しずつ自信が付き、最近
 では、「スーパーに行く練習をしましょう!」と、テイの外回りを職員と一緒に
 お散歩するように。少しずつお散歩の距離をのぼして着実に目標に近づい
 ています! いつも一生懸命歩行訓練に取り組んでおられるIさんは、
 最近ご近所の方から「すごく歩けるようになったねえ!」とびっくりされた
 と嬉しそうに話して下さいました。目標があるって素敵ですね♪



デイサービス

びっぐすまいる

※※※ YOUコーポレーション

