

ハーモニーこが デイケア便り

令和6年3月の活動

第108号

家族会 開催しました

3月8日、今年度3回目の家族会を開催し、6家族の方にご参加いただきました。日頃のマイトレニングやボランティア活動の様子を動画でご覧いただいた後は、レクリエーションリハビリを体験。キックボウリングや、〇×クイズ、モビール作りを、ご利用者と一緒に楽しんでいただきました。交流会ではご家族と職員、またご家族同士で交流を深める事が出来ました。ご参加ありがとうございました。



グリップアップ大会 表彰式

握力は活力のバロメーター



筋力が高いということは、身体に予備力があることを意味します。高齢期になっても人の役に立ったり、新しい活動にチャレンジしたりするには、筋力を高く保つ事が大切といえるそうです。

12月から3ヵ月間運動を行い、今回18名の方の筋力がアップ。なかには1ヵ月で効果が見られた方も😊帰りの会で表彰式を行い、賞状をお渡しして皆さんでお祝いしました。



握力は全身の総合的な筋力と関連があるため、今回は「握力」に着目し運動をすすめてきました。水の入ったペットボトルを握ったまま上肢を動かすことで握力が鍛えられました!!

健康維持の為、ペットボトル運動は継続しています。引き続き握力を鍛えていきましょう!!



伏見区役所で開催の作品展に出品し、作成されたご利用者と見学に出掛けました。展示された自分たちの作品の出来栄に改めて達成感を感じるとともに、他の方々の作品を見て、次への創作意欲が湧いたようです🌟

園芸クラブで育てていたブロッコリーが収穫の時を迎え、クラブのメンバーで収穫しました!!



茹でたブロッコリーは、カレーライスの添えにして美味しく頂きました😊

避難訓練を行い、防災設備や避難経路を確認しました。最後は点呼を取り体調確認。ご協力ありがとうございました。



今年度らしのハーモニーに正職員として入職の西田さん。8月から半年間デイケアで一緒に働いてくれていましたが、4月からは配属研修が始まります。デイケア最終日は手芸クラブで作ったガーベラのブーケをプレゼントして、送り出しました。花言葉は『応援』

フレ-フレ、📣

ハーモニー作品展 変更のお知らせ

3月17日から予定していた作品展が延期になりました。

日程 : 4月18日~4月24日

場所 : ハーモニーこが会議室

※感染対策のうえ、見学可能です☆