

# ハーモニーこが デイケア便り



大人の  
折り紙クラブ  
「紫陽花と  
てるてる坊主」

平成29年6月末 第27号

## リハビリ頑張っています

1日を通して、リハビリの時間があります。皆さん、ご自分の体調や目標に合わせて取り組まれています。

### リハビリ体操

1日2回、朝の会とおやつ後に、全員が楽しく運動できるよう椅子に座って丸くなり、掛け声を掛け合いながらやっています。頭の体操や歌の時間、武道(?)や漫才(?)の時間などもあり、いつの間にか自然と体と頭が動いています。



### 予防体操

もっときつい運動をしたい人が集まって、立って行う運動をしています。座っての運動も、リハビリ体操より少しハードですが、仲間と一緒に頑張れるようです。いつかは自分も仲間に入りたいな、と思っつか、遠くから見学して、出来る体操だけ頑張っている人もいます。

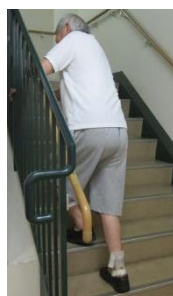


### 口の体操

昼食前に、ムセや喉つめ、肺炎の原因と言われている誤嚥を予防するために全員でやっています。

### マイトレーニング(マイトレ)

お一人ずつ自分の目標に合った運動や脳トレ(頭の体操)を作業療法士や理学療法士(リハビリの専門職)と決めてリハビリノートを作り、取り組んでいます。1日2~3回、職員がサポートする時間を作っています。



## デイケア演芸会

6月27日(火)と28日(水)に、演芸会を開催しました。この日の為に皆さんでアイデアを出し合って面白い企画を考え、小道具を作り、練習を重ねてきました。



男性陣による「どじょうすくい」。ほっかぶりが素敵!

女性陣による炭坑節。飛び入り参加も。



踊りながら歌う  
女性コーラス隊

混声コーラスと  
踊るジャニーズ  
シニア隊



その他、ハーモニカ演奏、紙芝居「鶴の恩返し」、お手玉披露、劇「金太郎」、自分でつくった旅クイズ、そしてご家族様のピアノ演奏もあり、両日共にとても盛り上がりました。

## こが作品展

6月24日~30日に作品展を開催し、皆さんがクラブ活動などで作られた力作を展示しました。今回はご家族様をはじめ、地域にお住まいの方々にもお越し頂きました。ありがとうございました。



ちぎり絵「ふくろう」