



なごめーる



徳山静養院 デイケア
『和み』活動報告新聞
2024年3月25日
第32号発行(春号)

from デイケア

徳山静養院のデイケア
『和み』について

当院のデイケアでは、メンバー同士の交流や料理、スポーツ等の活動を行い、
その中で人になじみ病気の回復を図ることを目的にしています。



～デイケアのフログです

ピラティス

普段、歩くくらいで体を動かす事が減多に無く、デイケアで「ピラティス」を初めてやりました。そんなに体調が良くなって、全部は出来ませんでした。どれも呼吸が大事なんだと勉強になりました。

私は体がそのポーズになりませんでした。ほとんどの人は上手く出来ていたので、凄いなと思いました。

また、機会があればやってみたいです。

H. M

リズムダンス

BTSの「ダイナマイト」の曲にのせて、皆でそれぞれアイディアを出し合って、振り付けを考えました。

1人8拍子ずつ考えたものを順番に繋げてゆき、皆の前で披露するのが、恥ずかしさも加わってとても緊張しました。

記憶力を高めるのに良いチャンスになったプログラムでした。 N・K

お誕生日会

最近、「デイケア」のメンバーが増えたおかげで、たくさんの方々に、自分の誕生日を祝ってもらいました。大変に有り難い事だと感じました。「お誕生会」の後の「室内ゲーム」では、「UNO」を初めて多い人数で楽しみ、いい思い出になりました。

五十肩



ビリヤード

ビリヤードをデイケアに来るまでやったことがなく初心者でした。最初は空振りすることが多かったですが持ち方や力の入れ具合で玉によく当たりよく入るようになってきました。これからもビリヤードをみんなと一緒に楽しみたいと思います。 きゅうちゃん



カラオケ

昭和、平成、令和のそれぞれの時代を代表する曲をみんなが楽しそうに歌っていて、聴いている私も楽しい気分になりました。また私自身は令和を代表する歌を歌いましたが、みんなが手拍子をしてくれて非常に歌いやすい雰囲気を作ってくれて感謝しています。 N. E



映画

一番最近見た「僕のワンダフル ライフ」の感想を書きます。動物と人間は友達であると思います。特に犬は身近な友達、人間との絆が強い。人の気持ちをよく分かってくれる。将来、ゆとりができて動物を飼う機会があれば、是非犬を飼いたいです。 舞姫

木工

和みの看板が古くなり、雨や風にさらされて色落ちしていたので、取り外して何色に塗り替えるか皆で考えました。やすりをかけた後彫刻刀で削った後、養生テープを貼り、ペンキを塗りました。仕上がってまた元の場所に掛けられる日が楽しみです。 K. U



お菓子作り

なごみカフェにむけてシフォンケーキとアイシングクッキーの練習をしました。シフォンケーキは皆で協力して作り、アイシングクッキーはクッキーを焼いた後アイシングをクッキーに皆でデコレーションしました。そしてなごみカフェの練習でシフォンケーキとアイシングクッキーを美味しく頂きました。 Y.F

なごみカフェ

頑張るぞー!!



ポニー

茶道

中学生のときに入っていた部活の知識がこのようなタイミングで使えるとは思わず、うれしかったです。とても前のめりでいろんな事を積極的に聞いてくれたのでとてもやりやすく教えがいがありました。私の拙い説明を真剣にきいてくれてありがとうございました。皆さん、結構なお手前でした。 コロン



風が冷たいけど、気持ちいいね!

※その他にも、卓球・散歩・料理作り・お菓子作り・誕生会・映画鑑賞・創作活動・パソコン教室・園芸・季節の行事など、たくさんプログラムがあります。ぜひ見学に来てください。v()v

医療法人社団 共愛会 徳山静養院
〒745-0811 山口県周南市五月町13-1