

令和3年2月1日 発行
制作担当：東雄苑曾根
医療法人 桜希会
介護老人保健施設 東雄苑 デイケア

クローバー

2月号

立春とは名ばかりで、まだまだ寒い日が続いています。
皆様、お変わりありませんでしょうか？

7月からスタートした**スタンプラリープログラム**は、個別プログラムの3ヶ月ごとの実績を集計し、**認定証**としてお渡ししております。

また**皆勤賞プログラム**は、7～12月までの出席率に応じて**写真入りのオリジナルカレンダー**を作成しお渡します。

今回は、皆様やスタッフのプログラムについてのお声をご紹介します。



こんな形でやった事が認めもらえるのは、嬉しかったですよ！！
「**こんなんもらったんよー**」と家で主人と一緒に認定証を見ながら東雄苑での事が話題になりました！
これからの頑張る気持ちにも繋がりますね。

K・N様

スタンプラリーを開始してから、以前よりもさらに皆様が個別プログラムに対して、**前向きに取り組まれている**のを感じます。
取り組んだ実績が、スタンプという形で見える事も喜んでいただけて達成感も感じて頂けているのは、僕も嬉しいですね！

リハビリ 高村



個別プログラムをサポートさせて頂いていますが、「まだトレーニングしてないわん！」とお声をかけて頂いたり、お誘いした時の皆さんの反応が**積極的になった**ように感じています。
私たちも！**ご一緒できる時間が、楽しみです！**

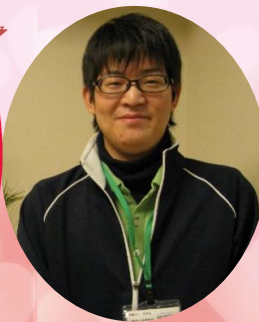
デイケアスタッフ

また一緒に頑張りましょうね！



☆新しい仲間が増えました☆

昨年より、デイケアに配属となった
期待の新人2人です！
 さらに、看護師も1名配属となります。
 新しいスタッフを迎えて、
 東雄苑デイケアは
 新体制で皆様の生活をサポートして参ります！



大庭徹也

おおほ てつや



浦中天斗

うらなか たかと

注：双子ではありません



クリスマス週間

昨年に12月年末と言う事で、皆さんと一緒にクリスマスの雰囲気
 を盛り上げていただきました！
 いつもと違った『大そうじ体操』も、楽しかったですね。

遅れてごめんね！



ご協力ありがとうございました！！

♪座ってエクササイズ♪

感染症対策や、寒さもあって、ご自宅で過ごす事も多いですが、皆様！
 こんな時期こそ、御自宅でも体を動かして 体調を整えましょう。
 今回は、座ったまま簡単にできる体操を、ご紹介いたします。

※胸郭(上体)の運動と腕や肩周りのストレッチに効果的☆

バンザイ体操

- 両手を挙げた状態から、
- ①手のひらを中央で合わせる
 - ②少しだけ上に伸びをする
 - ③肩を下げて 手を離す
- ※①から③を
5回程度繰り返します



背筋をのぼして
 背もたれから背中を
 離して座います。

【ポイント】
 *腕を耳に近づけると
 より効果的です

モデルにご協力頂いた、T・M様、ありがとうございました！！