

今月号は11月の様子をお届けします。

## 秋祭り



秋と言えば…なんといっても「食欲の秋」♪ ということで今年の秋祭りでは秋の果物を収穫するゲームを行いました。

果物に見立てた特製ボールを投げ輪で引き寄せ、得点を競うゲームです。中でも特大栗ボールが高得点。狙った果物めがけて「エイヤー！！」と掛け声を出されたり、遠くまで手を伸ばしたり…中にはたくさん収穫するために、輪っかを浮かせて引き寄せたりと皆様試行錯誤。「その手があったか〜!」「すごいっばい!!」と歓声上がり、本物の果物狩りよりも盛り上がったかも?!

ゲーム後のおやつは、本物の秋の味覚! 大きな栗が入った栗饅頭を召し上がっていただきました。

## スリング（レッドコード）体操

デイサービスでは、リハビリの一つにスリング体操を行っております。スリングは、ノルウェーで開発され、現在世界多くの国々のリハビリで使用されている道具のひとつです。天井から吊り下げた赤い2本のロープを調節して様々な運動を行うことができます。

スリング体操の主な効果としては、バランスが良くなる、筋力の維持や向上、体力がつく、ストレス発散などの様々な効果があります。軽快なリズムに合わせて、気分も体もリフレッシュ♪ 毎日の日課にされている方が多く「今日も体がほぐれて楽になったわ」「足が悪くてもできるから嬉しい」と人気のプログラムです。体を動かすと自然と皆さん笑顔に(^^)♪ 職員も朝から元気をいただいております。



## ケアホーム俊徳道

俊徳道営業所 〒577-0809 東大阪市永和1-21-8

●TEL 06-4307-5904  
●FAX 06-4307-5905 (相談窓口：坂井)

