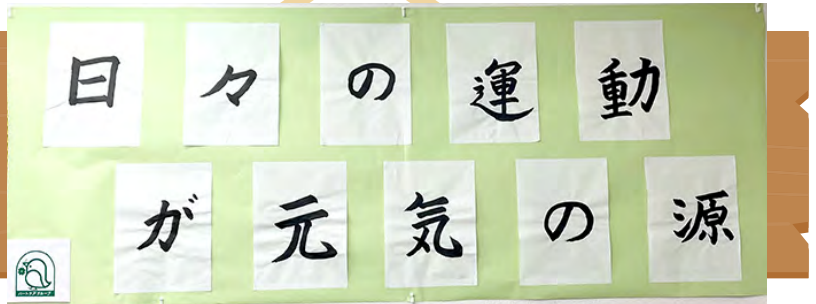


なでしこスローガン決定！

皆さん、もうお気づきですか？
なでしこが、もっともっと活気
あるデイサービスになるように
フロアにスローガンを掲載しまし
た！



スローガン

職員全員の投票にて見事選ばれたのは…「日々の運動が元気の源！」です。

この素敵なスローガンを考案したのは、出口さんです！

豊富な運動プログラムやひとり一人に合わせた個別機能訓練が実施できる『なでしこ』に
ピッタリですね♪ これを機に積極的に体を動かしてみましょう！

機能訓練指導員の出口さんにインタビュー

Q: 選ばれた今の気持ちを
教えてください。

A: 体を動かしたくなるよう
な元気の出るスローガンに
したかったので選ばれて嬉
しいです！



Q: 運動を継続するコツが
あれば教えてください。

A: 無理のない回数
や強度で 1 日数回に
分けておこなうのが
ポイントです！

1 人でおこなうよりも、
なでしこに来てみんな
でワイワイ楽しく運動
するのも継続しやすい
と思います！

デイセンターリハビリプラザなでしこ

松阪営業所 〒515-0075 三重県松阪市新町810-1

●TEL 0598-68-3743 (担当：山本)

『ハートケアグループ デイ
サービスのホーム
ページは
こちら！



藤川監修

鉄腕アトム体操

懐かしい歌なので聞いたことがある方も多いのではないのでしょうか。
口ずさみながら楽しく参加して下さい！



歌詞

空を超えて ラララ 星のかなた
ゆくぞ アトム ジェットの限り
心優しい ラララ 科学の子
十万馬力だ 鉄腕アトム ～

藤川さんに
3つのポイントを聞きました



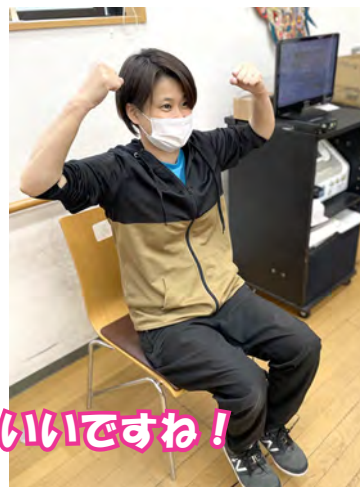
ゆくぞ

→両手を腰にムン!っと
胸を張る



十万馬力

→拳を握り左右の腕を
順番に胸にクロスさせる



鉄腕アトム

→両手の拳を握り、肘を
まげて顔の横に下ろす
最後の決めポーズ!

みんなでバシッと決まるようになるといいですね!



インスタグラム

なでしこ公式アカウントへは
こちらのQRコードから

※ ご利用状況 ※

月	※	表の見方：
火	○	○ 空きあり
水	○	△ 空き少し
木	○	※ 要相談
金	○	× 空き無し
土	○	