

リハビリプラザ 桜ヶ丘だより

2025年11月号



ボランティア演奏会

10月23日(木)プカプカバンドさんがハーモニカコンサートを開催してくださいました。
初めて見る色々な形、大きさ、音色の違うハーモニカで皆様が知ってる曲を披露♪
プカプカバンドさんと口笛奏者のご利用者がコラボレーションされる場面も!!



ご利用者で大合唱できる曲も演奏してください、大盛り上がり。
職員も一緒に大合唱。とても素敵なお時間をありがとうございました。来月もボランティア演奏会開催予定★☆☆



ハッピーハロウィン!

デイで顔出しパネルと輪投げでハロウィンを楽しみました☆★
「こんなのもいいなあ。でも難しいわ」と笑顔♡沢山の笑顔を見せて頂けた一日でした。



裏面へ続く

要支援 2 のご利用者

目標

- ・ 糖尿病や呼吸状態が悪化しないように、適切な食事量や運動量を行う。
- ・ 良好な体調が維持出来て、外出を楽しみたい。

80 歳代女性 昨年 9 月より、デイサービスにて Nustep マシン（全身運動型のリカレントバイク）の使用を開始された方がいます。導入当初は下肢に力が入りにくく、歩行時には足底の感覚が乏しく、「足が浮いているような感覚がある」と話されていました。また、転倒も複数回経験されていました。その後、Nustep マシンによる運動を継続的に実施。現在では負荷 5 で 1000 歩を行えるまでに運動量が増加し、下肢の筋力向上が見られています。足底の感覚も徐々に改善し、体重をかけやすくなったことで歩行が安定。転倒はまったくなくなり、ご本人も安心して日常生活を送られています。加えて、運動習慣の定着により、以前は不安定だった血糖値もこの 1 年間は安定しており、医師からも「状態は良好」との評価を受けています。

ご利用空き状況

リハビリプラザ桜ヶ丘のご利用状況です。
お気軽にお問合せください。

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	○

○…空き △…要相談

クラブ活動も充実しています！

クラブ会員様を随時募集中です♪
ご興味をお持ちの方や、内容について詳しく知りたい方は、ぜひお気軽にお問合せください。お待ちしております！

	月	火	水	木	金	土
麻雀	●	●	●	●	●	●
囲碁	●		●		●	●
将棋	●		●		●	
トランプ			●			
クラフト	●		●		●	●
塗り絵	●	●		●	●	●
カラオケ	●	●	●	●	●	●
ジグソーパズル	●	●	●	●	●	●
書道				●		
脳トレ	●	●	●	●	●	●
お手伝い	●	●	●	●	●	●
飼育	●	●	●	●	●	●
オセロ	●			●		●