

# 練馬中学校デイサービスセンターは、皆様のやる気をサポートいたします。

参加される活動の目的や効用は、以下の通りになりますので参考にしてください。

目的・効用	それに向けてデイでできること(効用は1つに限りません。)
心と頭、指先を動かして気持ちを豊かにする	俳画 俳句 手工芸 書道 園芸 和紙工芸、ネット手芸、根付作り、貼り絵、衝立づくりなど 継続的な手芸活動 川柳など、以前やっていた皆様それぞれの趣味
楽しい時間を過ごす	季節の行事 お誕生会 レクリエーション 歌
身体をつくる	集団で行う健康体操 口腔体操 個別機能訓練 屋外散歩
脳を動かす	なぞり書き 漢字検定練習問題 クイズ パズル 指先の作業、運動
生活の動きを維持する	調理 掃除 食事作り 生活動作の個別訓練 福祉器具の相談
社会性を保つ	園児・小学生・中学生との交流 お客様・職員・ボランティアの方との会話 実習生の指導
心身を癒す	ソファでリラックス お昼寝 おしゃべり 音楽



- 孫にあげたいから、作品を早めに作りたい。
- 散歩して、日の光を浴びたい。無人販売でお買い物もしたい。
- 拭き掃除でもして、皆さんの役にたちたい。
- やってみたいけど、何が出来るかしら。



職員と共に一緒に考え、できることを活かした活動に取り組んでいます。

## 今月のニュース

夏の体力測定が始まります！！日頃の訓練を活かして、ご自身の体力を確認してみましょう。

皆様、頑張ってください♪

また暑い日が続くと思いますので、体調に気を付けてお過ごしください。

※利用日以外のゲスト利用も承ります。ご希望の際は、職員まで。