

# 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



- 孫や友人にあげたいから、作品を作りたい。
- 運動していつまでも元気でいたい。散歩を楽しみたい。
- 顔なじみの方々と楽しく過ごし、たくさん会話したい。
- 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

1月に引き続き体力測定を行います。保育園児との節分交流会、おやつ作り、鍋を囲む会と盛り沢山の行事でお待ちしています。手洗い、うがいで風邪をしっかりと予防していきましょう。  
※利用日以外のゲスト利用も承ります。ご希望の際は、職員までお声かけください。