

見学・体験大歓迎!

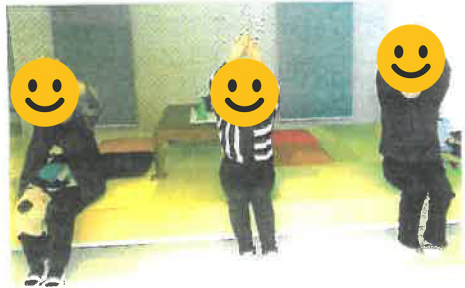
第3号 2018年12月発行

ほーぷニュース

ほーぷ



デイサービス/ヘルプステーション



今月から上半身の機能訓練を加えました。血流、リンパの流れをスムーズにし、姿勢の矯正や肩凝りの予防等を目標にし、肩甲骨を中心に大きな動作をします。簡単でご自宅でもできるよう、水泳の三つの動作（平泳ぎ・クロール・背泳ぎ）を取り入れ、1分程度にまとめました。「背中がすっきりした」と好評です。



「ヘルプステーション」では掃除、料理、通院等のお手伝いをしています。この写真はご自宅の冷蔵庫にある食材を利用しました（タラのフライ、小松菜の和え物、白菜の味噌汁）。野菜嫌いの方が多く、栄養のバランスが取れるよう日々奮闘しています。



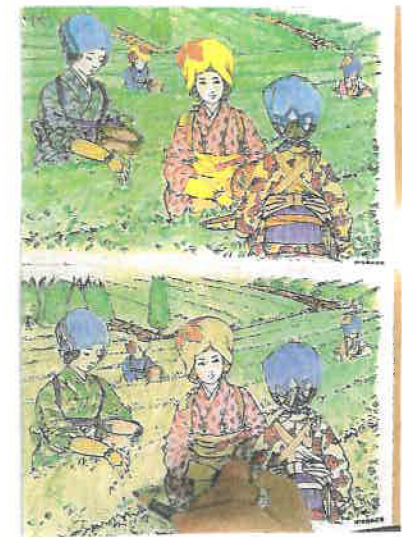
職員と利用者さんと合同で壁飾りを作りました。



ボランティアの商大生とのツーショット「エネルギーをもらい、若返りました」と嬉しそうに話された利用者さん。



コミュニティカフェもクリスマスモード満載



職員の塗り絵を手本に「頑張ってます」と利用者さん。



ご質問・ご要望などありましたら、担当者または、ほーぷ（☎65-0001）までお気軽にご連絡ください。

ほーぷでは、ご利用者様のご希望やご期待にお応えできるように趣味の時間やトレーニングの内容を豊富に取り揃えています。今後もご家族の皆様にもご利用者様のご様子や、思い出のアルバムづくりとして「ほーぷニュース」をお届けします。