TOPICS 「密」を避け、運動に取り組んでいます

『ふれあいウォーキング』はご存じですか？

場所　ローソン春日部藤塚店 駐車場
日時　毎週月曜日　10：00～（約 20 分間）
内容　理学療法士による準備体操、
ウォーキングフォームの確認・アドバイス

料金無料　申し込み不要　年齢性別不問

毎回、5～10 名が参加しています。屋外の活動のため『密』の心配がない運動です。

ウォーキングの効果
「筋力・心肺機能の向上」「生活習慣病の予防」「精神の安定」「認知症の予防」など

「ふれあいウォーキング」についての問い合わせ
春日部ロイヤルケアセンター
リハビリテーション科　きくち
048-733-5771

★リハビリ科★「選べる♪グループプログラム」

こんにちは。通所リハビリで２月から新しい取り組みを行っています。
ホワイトボードに「今日の活動」として、その日に行う①グループリハビリプログラム（卓球バレー、ボッチャ、グランドゴルフ等）の予定と、②時間を 利用者様に見えるよう掲示しています。
それを見た利用者様が、ご自身で参加したいものを決め、当日の過ごし方を考えてもらうキッカケになればと思っています。さっそく利用者様同士で相談したり、誘い合ったりする姿もみられ、好感触を得ています。　充実した時間を過ごして頂けるよう、今後も様々な提案をしていきますのでお楽しみに！

職員紹介のコーナー

氏名　髙木 瞳　フロア名　事務所　職種名　支援相談員　出身地　群馬県
好きな言葉　食べ放題、飲み放題、無料でお取りください
子供の頃の夢は？　駄菓子屋さんのお菓子を買い占めること
幸せを感じる時　焼肉屋さんで１口目のお肉を食べている時
習い事　日本舞踊（7 歳頃）　：飽きてやめた
フラダンス(3～4 歳)：踊りながら寝てしまった為、３日で辞めさせられた
ポールダンス(20 歳)：女子力を上げる為にやらされたが、２時間で辞めた
好きなタイプ　俳優さんで言ったら、竹ノ内豊(ダンディな方がタイプです)

facebook はじめました！ いいね！

施設の行事・イベント・お知らせなど定期的に配信しています

春日部ロイヤルケアセンター　検索

介護老人保健施設
春日部ロイヤルケアセンター
住所：埼玉県春日部市藤塚２６２２番２
TEL：048（733）5771／FAX：048（733）5778

フロアより活動報告

♠１Ｆフロア♠『新年会（獅子舞）』

新春恒例、獅子舞が今年もロイヤル１階にやってまいりました。
利用者様方も慣れた様子（!?）で、獅子舞が現れても驚いたり怖がることもなく、自ら頭を差し出し笑顔で頭を噛んでもらっていました。
獅子舞も利用者様の無病息災を祈願し、全員の頭を噛んで回りました。
皆様この一年間元気に過ごせますように!!

◆2Ｆフロア◆『令和３年、２階フロアのお正月』

２階フロアでは、お正月に「初詣」と「書初め」を体験して戴きました。
「初詣」のお参りでは、賽銭箱と、鏡餅とピカチュウ(!?)を用意しました。真剣に手を合わせる方、笑顔でお参りする方など様々でしたが、それぞれの想いを静かに祈りました。皆様の願いが叶いますように…。
「書初め」に参加された利用者様は「なかなかうまく書けないなぁ」と言いながら、何度も何度も集中して書いていました。皆様にとって良い一年になることを、スタッフ一同心から願っております。

♣3Ｆフロア♣『新年イベント、お餅(!?)つき』

３階では、新年に餅つきを行いました。
今年はコロナ対策の為、本物のお餅は用意できませんでしたが（代わりにタオル）、杵と臼は本物を用意し、餅つきの雰囲気を味わっていただきました。最初は「本物のお餅があればいいんだけど…」と言っていた利用者様も、餅つきが始まると「よいしょ！」と大きな声と拍手で盛り上げてくださいました。
「タオルでも意外とお餅らしい音がするのね」「すっきりした」「楽しかった」など大盛り上がり。
笑顔もたくさん見られて、新年から楽しい一日を過ごしました。

♥デイケアフロア♥『デイケアの近況です★』

デイケアのお風呂の中庭に、蝋梅(ロウバイ)の花 が咲いてしばらくたちました。可愛らしい黄色い花が、入浴のたびに利用者様の目を楽しませてくれています。
そんな中庭は、とある職員の手によりきちんと手入れがされているのです。綺麗な中庭が楽しめるのは、ドライバーの仕事の合間で、中庭や駐車場や施設周囲の草花の手入れを怠らない時田さんのおかげです。
【おまけ情報】脱衣所も、ソーシャルディスタンス確保のため、レイアウトをリニューアルしました。
「ゴチャゴチャしていない」「狭苦しくなくていい」と好評です。