

# 3月みかん新聞

デイサービスセンター みかんの丘

熊本市西区河内町白浜字堀切 1440-2 TEL 096-278-4055

## 生活の要=歩行

みんなで楽しく歩行に取り組んでいます♪合言葉は目指せ鹿児島！



万歩計をつけ一日の歩数を計ります。  
目標を決めて歩く人、万歩計を随時チェックしながら歩く人、ただ漠然と歩く人…それぞれに歩くことを意識しながらデイサービスで一日を過ごしています。

帰る前に一日の歩数を記入します。  
マスが埋まる楽しさや一日の目標を達成した喜びを感じられているようです。  
心の中では「あの人に追いつこう！」なんて思っていたり…！



参加されている利用者さん。中にはマイ万歩計を購入される方も！  
少しずつですが人数も増えてきました♪

歩行は、私たちの生活の中で「トイレに行く」「お風呂にはいる」「買い物に行く」などなくてはならない存在です。高齢者にとっては単なる歩行手段ではなく、自分らしく生きがいある生活を送る上で大きな意味を持ちます。  
みかんの丘では利用者が現在の生活を維持し豊かな生活を続けていけるようなデイサービス作りを目指しています。

## 2月 デイサービス行事

2月3日は節分♪  
豆まきをしました！



鬼がいるものの興味を示さない方も…(涙) 迫力なかったかしら??



鬼をめがけて本気の豆ならぬボールを投球…！



こちらは鬼さんにやさしくタッチ♪

最後はみんなで記念撮影♪  
本当に笑い声溢れる楽しい節分でした！  
鬼役の職員もお疲れ様でした！！

## 3月行事

3月4日 絵手紙教室 3月6日8日 クッキー作り  
3月10日~14日 買い物外出  
3月26 フラワーアレンジ 3月29日 発表会  
毎週水曜日 陶芸教室  
\*桜の開花状態によりお花見予定しています。

