



5月
May

なんてん

木々を吹き抜ける風も爽やかな5月を迎え、
街の中では半袖姿も見られるようになってまいりました。
過ごしやすい季節とはいえ、
無理をなさらぬようお体には十分お気を付け下さいね。

桑山公園



向島運動公園



みんなで一緒に作った
なんてんオリジナルハートの桜



天気も良く地域の方と触れ合い、
また街の変化に驚かれたりと、ドライブが出来て
とても満足されました。一緒に行った仲間に
声を掛けながら安全に歩行されました。



西浦(小茅海岸)



シャクナゲまつり



なんてんから近い、宇佐八幡宮へ。
十数種類、約1000本のシャクナゲが
植えてあるそうです。
シャクナゲと桜のコンビネーションが
とても綺麗でした。

なんてんで野菜作ってます。



支えがなく、
低い場所でも安全に座れるね。

前傾姿勢でもふらつかないね。



杖を使ってゆっくり
慎重に歩行ができています。

私たちは、日ごろの運動能力をしっかりと見て
その人その人に合った運動、レクリエーション等行っています。
次回、なんてんにある運動器具をご紹介します。

～日頃の様子～



しりとり



バランスゲーム



指先の運動:指には脳につながる神経が多く座って簡単に出来ます。「第2の脳」と呼ばれるので指先を活発に動かすと多くの刺激が脳に伝わり、リラックス効果も得られるので家でも10分間動かしてみてくださいね。



今回のテーマ「栄光の架け橋」です。
手形アートで虹を描きました。
手に絵の具を塗るだけで
「楽しい。面白い。」とわくわくする利用者様！！
完成すると
「わあ～綺麗。また更に明るくなったね。」と
笑顔が溢れました。



ワッフルを作る予定が・・・(笑)

手作りの三角巾でおやつを作ったよ★



- ①ホットケーキの粉に卵と牛乳とみりんと蜂蜜を加えて混ぜる。
- ②ホットプレートにお好みの量を流し焼く。③お好みであんこ、クリームを挟んで出来上がり

おいしいね～！！



ふまねつと運動

50センチ四方のマス目で出来た大きな網を床に敷き、この網を踏まないようにゆっくり慎重に歩く運動です。



ステップ例 どんぐりころころ

				さあ たいへん
おいけに はまって				
				どんぶり こ～お
どんぶり ころころ				



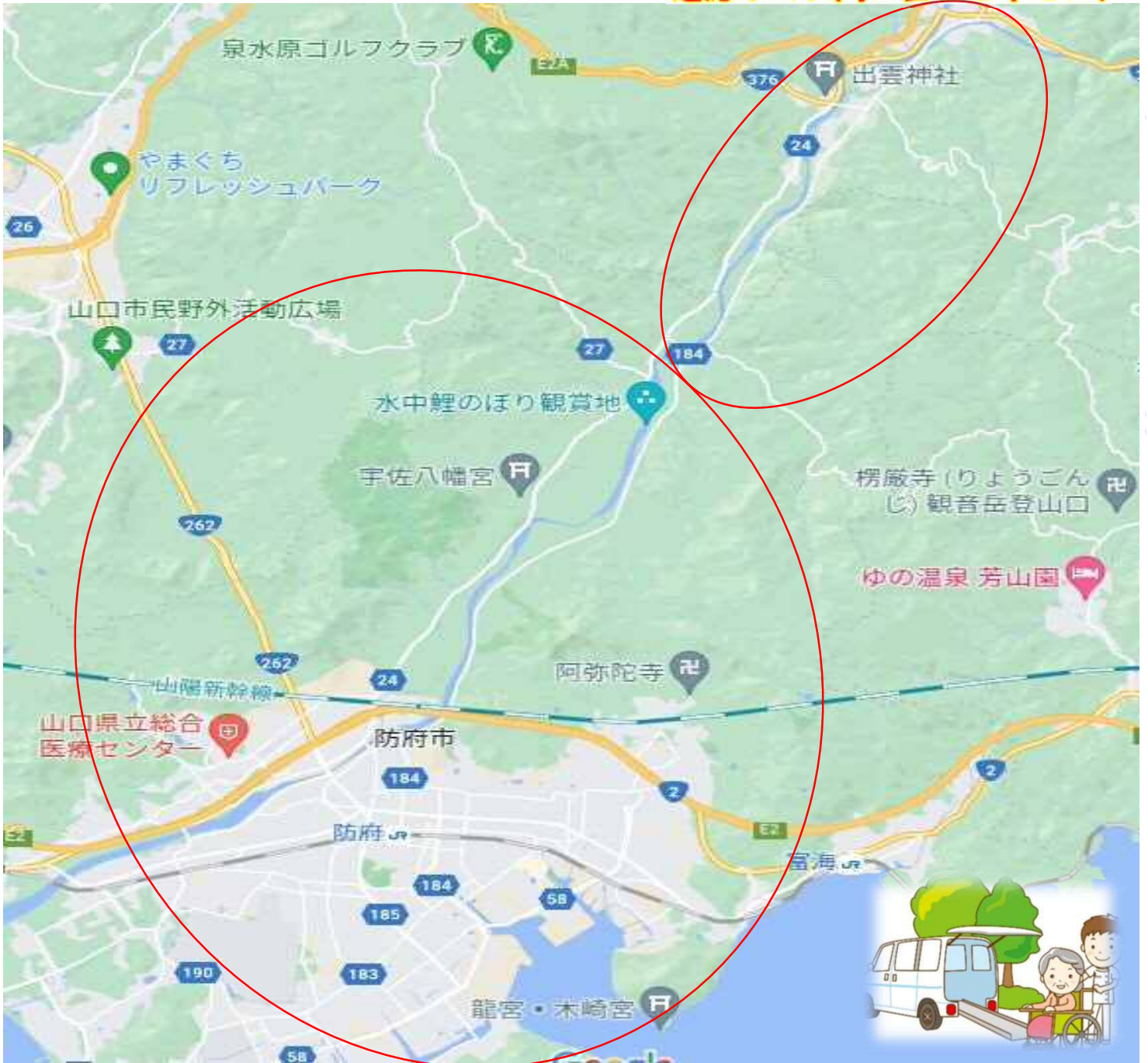
慣れた家事仕事も
立派なリハビリになりますね～
(お上手です～！)



4月生まれ

送迎エリア

ご要望がございましたら
遠慮なくお問い合わせ下さい。



*送迎 (車椅子対応可能です。)

空き状況

日	お休み
月	○
火	△
水	○
木	○
金	○
土	○



*都合によっては半日可能 (昼食後帰宅あり)



一人暮らしでも安心!!

*移動販売が来ます
(木・金曜日)

デイサービスセンターなんてん

デイサービスなんてんは、防府市の代表的な山、右田ヶ岳のふもとにあります。
右田小学校の横でもあり、見た目カフェと間違われることがあります。
毎日退屈で体を動かしたい方、
昔していたけど今は出来なくなったこと、
私たちと一緒に取り組み、
そして仲間を作って楽しい一日を
過ごしませんか？
体験、ご見学のご相談お待ちしております。

デイサービスセンターなんてん

8:30～送迎（ご希望時間承ります）

9:30～健康チェック

10:00～入浴・体操・レクリエーション

12:00～昼食・休憩時間

14:00～レクリエーション

15:00～おやつタイム

15:30～送迎（ご希望時間承ります）



今年からInstagramを始めました。

QRコードをスキャンしてみてください😊

一日の様子を更新しますので

是非見に来てください🌸

いいね♥待ってま〜す！



ご相談 お問い合わせ

○株式会社 つながり

747-0063

防府市大字下右田1035番地

・デイサービスセンターなんてん

担当；杉山

TEL 0835-28-8812

ホームページはこちら

<https://tuna-gari.com/>