

2012年  
8月号



わくわく ゆったり 楽しく

ももたろう  
活動報告



※ 写真の転載はご遠慮ください。

◆ 主な活動と空き状況  
[8月1日現在]

入浴 火 × 金 ×

※ ○は空きがあります

【第1】

|   |   |             |
|---|---|-------------|
| 月 | × | 歌唱指導        |
| 火 | × | 手芸(押絵)      |
| 水 | × | 歌手品ゲーム      |
| 木 | × | 習字          |
| 金 | × | 生演奏での歌      |
| 土 | × | レクリエーション ヨガ |

【第2】

|   |   |           |
|---|---|-----------|
| 月 | × | アート制作     |
| 火 | × | 手芸(押絵)    |
| 水 | × | 手芸(押絵)    |
| 木 | × | 習字        |
| 金 | × | アウトドア     |
| 土 | × | アウトドア 調理等 |

機能訓練の一環として、整体師によるマッサージが始まって4か月になりました。皆さま30分間の施術中、イケメン整体師とお話しを楽しみながら、本当に気持ちよさそうです。マッサージは「人生初」の方も何名かいらっしゃり、はじめ拒否されていた方々も「スッキリした」「腰の動きが良くなった」と好評です。もちろん日常生活に対するアドバイスも頂き、生活改善に繋がるよう支援しています。

デイサービス  
ももたろう

東京都府中市矢崎町 2-3-5

TEL 042-366-5248

FAX 042-366-5239

WEB <http://mtaro.jp>

事業者番号 : 1373801685



# ももたろうの散歩コースを紹介します

急にセミが鳴きはじめ、暑い日が続いていますが皆さまいかがお過ごしでしょうか。

今年は熱中症の報道も多く感じられ、ももたろうでも水分補給をこまめにに行ったり、冷やしタオルなどを活用して熱中症対策をしています。

ももたろうの周辺は歩道や緑道が多くあり、真夏でも直射日光を避けつつ歩ける“けやき並木”もあります。そのためか、猛暑にも関わらず積極的に散歩へ出られる方も少なくありません。健康的な方は行っていただきますが、さすがに足元がふらつく方やお疲れの様子の方は『ステップ運動』や階段の昇降運動に替えていただいております。

週に3回いらっしゃる70代男性のお客様。昨年の今頃は足を引きずるように歩かれ、数百メートルも歩くと息も切れし、きつそうでした。ご家庭でも歩かれるそうですが、主にはももたろうでのアウトドア（金曜日）と、日課となった午後のお散歩を中心に歩かれているようです。冬が終わり、散歩の機会が増えるに従って、お供のスタッフが驚くほど歩行が安定し、歩行速度早くなっていきました。「もう一度、山に登りたい」と語られた横顔には、決意にも似た強い意志を感じられました。

今後の励みになるよう、先月から毎日歩かれた距離を記録しています。



ももたろうから遊歩道を北上し、府中本町駅から防災公園へ抜け、けやき並木を進むコースは、一周 1.6km ほど。  
遊歩道は、季節の草花を楽しみながら歩くととても良い散歩コースです。