



楽フィット筑西とは？

楽フィット筑西は、半日型リハビリ特化のデイサービスです。午前と午後の部で選ぶことができますので、ご自身の都合に合わせて可能です！

「空いた時間の運動教室」「運動不足解消のフィットネス」といった感覚でもご利用できますので、まだまだ動ける方にごおススメしています！

運動に関しては作業療法士という専門職も在籍しているので、専門家の指導の下で運動することができ、より効果的な運動効果が望めます。



定期的に運動教室を開催しています！



運動教室のお問い合わせは
TEL.0296-25-2770まで

こんな方におススメ！

「専門的な運動指導を受けたい」

「運動不足を解消したい」

「一人での運動は寂しい」



楽フィットでは感染症対策に取り組んだ上で、少人数小規模での運動教室を実施しています。

現在のご自身の体力や筋力の値がその場で分かる体力測定も行っていますので、いま現在の必要な運動のご提案や、今後起こり得るリスクについて専門家から直接話を聞けるチャンスでもあります！

是非、近所の方やご友人も誘って参加してみてください！！

編集後記

「ほほえみ」をご覧いただきありがとうございます。今号では、楽フィット筑西を特集としてご紹介させていただきました。

新型コロナウイルスの影響もあり外出の機会が減ってしまっている方も多いかと思いますが、気分転換に楽フィット筑西で少し体を動かしてみたいかたがどうか。

春になり暖かくなってまいりましたので、ぜひ運動教室へのご参加をお待ちしております。

セキショウライフサポート
Sekisho Life Support

本部
〒308-0841 茨城県筑西市二木成827
TEL.0296-25-3220 FAX.0296-25-5861
<https://sekisho-ls.co.jp/>

介護付き高齢者向けサービス
Emiasu

茨城県筑西市二木成827
TEL.0296-25-5851
FAX.0296-25-5861

デイサービスセンター
Emiasu

茨城県筑西市二木成827
TEL.0296-25-5880
FAX.0296-25-5861

自立支援型デイサービスセンター
楽フィット

茨城県筑西市蔵317-1
TEL.0296-25-2770
FAX.0296-25-2776

グループホーム
よつ葉

茨城県筑西市蔵316-2
TEL.0296-54-6288
FAX.0296-23-6031

セキショウ居宅介護支援事業所 茨城県筑西市二木成827 TEL.0296-45-8033 FAX.0296-25-5861

ほほえみ

ず〜っと笑顔で「まごころを込めて」

2021年 春
令和3年4月

Vol.52

私たちは、「真心を込めた安心」をご提供し、地域社会への貢献と企業価値の向上を実現します。



もの
明
る
く
り
で
元
気
に

目次

- 事業所紹介……2・3
- 楽フィット特集……4

事業所紹介

自立支援型デイサービスセンター
楽フィット



運動の合間に季節を感じる製作活動もご提案しています。指先を動かすことは「頭の体操」にもなるので、一石二鳥！今回はひなまつりの「お内裏様とおひな様」を作りました。皆さん思い思いの作品が出来上がりましたね！

楽フィットでは運動も大切ですが、気分転換の時間も大切と考えています。「身体の健康を保つには心の健康も保つ！」何事も楽しく笑顔で取り組んでいきましょう！



デイサービスセンターえみあす二木成
Emiasu

リハビリ



コロナ禍により長らくお休みしていたマシンでの運動ですが、ご利用者様からの再開を希望する声も多く、1月より再開いたしました！実施する際には、開始前の手指消毒、終了後の器具消毒を徹底し、また、少人数制で密を避け、ご利用者様が安心してできるような環境下で実施しています。「やっぱりマシンでの運動は楽しいよね！」「マシンをやると体が軽くなる！」などご利用者様からの喜びの声をいただいております。再開により、以前よりも活気にあふれたご利用者様の姿を見ることができました！



余暇活動



午後の余暇活動では制作活動が人気となっております！えみあすでは、ご利用者様に協力していただき、施設内に季節に応じた壁画作りや、つるし飾りの作成をしていただきました！制作活動では、作品を作るだけでなく、協力をし、談笑をすることで交流を深めていくことができ、明るい雰囲気での制作活動となりました！完成したものを施設内に飾ると、えみあすが一気に華やかになります。作品を見ながらの会話は弾み、笑顔のご利用者様を見ることができました！

事業所紹介

介護付き高齢者向け住宅えみあす
Emiasu

ひなまつり

折り紙と画用紙を使ってひなまつりの飾りを作りました。皆さんお好みの柄を選んでいただいて職員と一緒に作成し、かわいい作品が完成しました。とても喜ばれお部屋に飾っています。



桜の開花が待ち遠しく、みんなでリビングに桜を咲かせましょう。満開の桜を見ながらお茶や食事をして、おしゃべりしながら春が来るのを待っています。

バレンタインのチョコ作り

バレンタインにたこ焼き器を使って、「たこ焼き風ベビーカステラ」を皆さんと一緒に作りました。「丸くすることがちょっと難しい」「あちち」「早くしないとチョコが溶けちゃう」と言いながら集中して作りチョコレートソースやカラースプレーをお好みでトッピングしおやつの時間においしくいただきました。



節分

今年は鬼的の付けて豆まきをしました。皆さんの狙いが的中して鬼はお手上げ状態です。

鬼は外、福は内、鬼を追い出し一年の福を願い甘納豆を食べました。歳の数だけ食べられたかな？…



グループホーム
よつ葉

ひなまつり

グループホームよつ葉では、3月3日のひなまつりに向けて、ご入居者様とひな飾りや桜飾りの準備を進めてきました！

2月から少しずつ準備を進め、いよいよひなまつりの日には、自分たちで作ったかわいいひな飾りを眺めながら、お昼は特別メニューをいただきました！「うまくてきたね。ご飯もおいしいね！」と皆さん笑顔でした。



洗濯物を干しました！

寒い時期から、だんだんと春の暖かい日が増えてきました。天気の良い日は、毎日の日課の日光浴の前に、中庭でご入居者様と洗濯物干しをしています！

「ずっと自分でやってきたんだから、何でもやるよ！」と頼もしい声を聞かせていただいています！