



みなさま、こんにちは。

4月の真夏日に加え、地震があったり、山林火災があったりと、本当に落ち着かない4月でした。せっかくご来所いただいても、血圧や脈拍の不安定な状態や、体調不良で早退なさる方々も多い月だったと思います。

急に暑くなり、身体が汗をかく準備が整っていない間に暑くなることで、不調になりやすいそうです。対策としては、今から汗をかくことだとか。

ぜひ、ご来所時にしっかり体を動かして、汗をかいていきましょう。



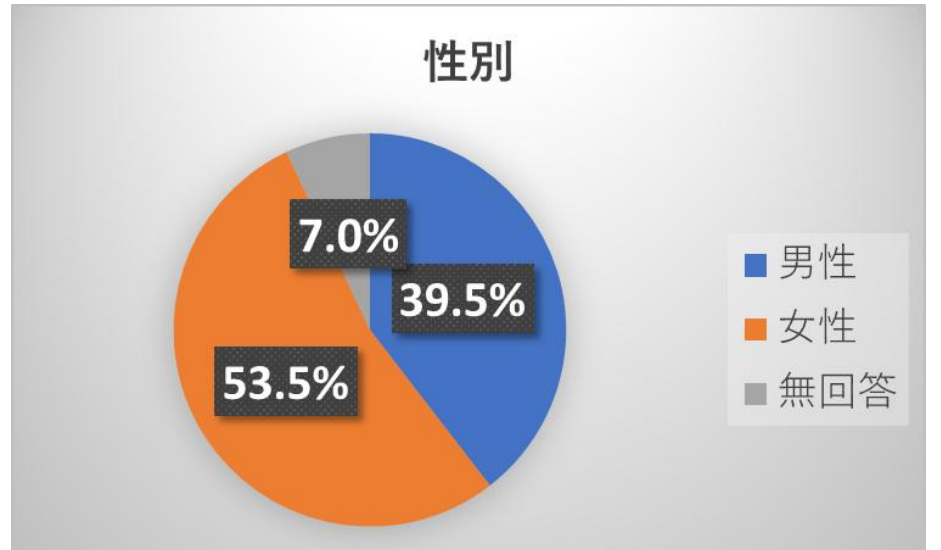
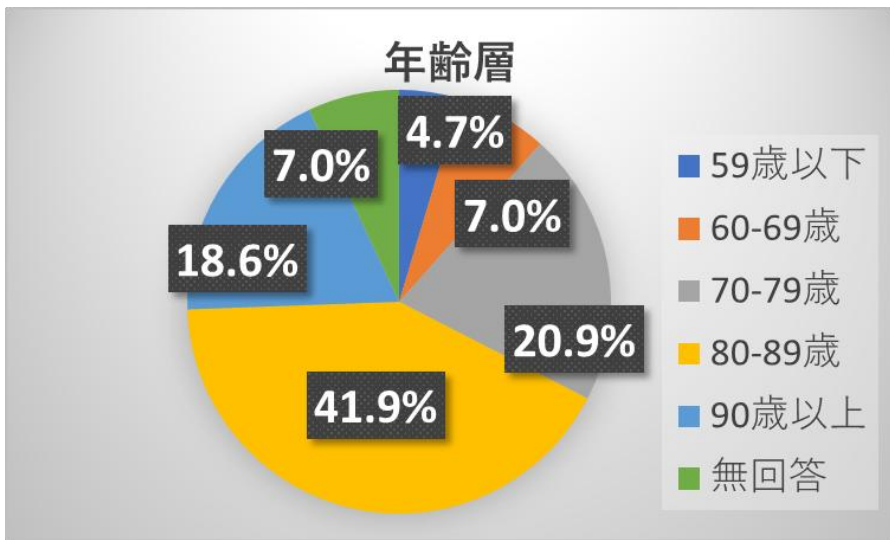
施設ご利用アンケート結果のご報告 第1弾

さて、お待たせいたしました。毎年恒例となりつつありますが、施設ご利用アンケート結果のご報告です。

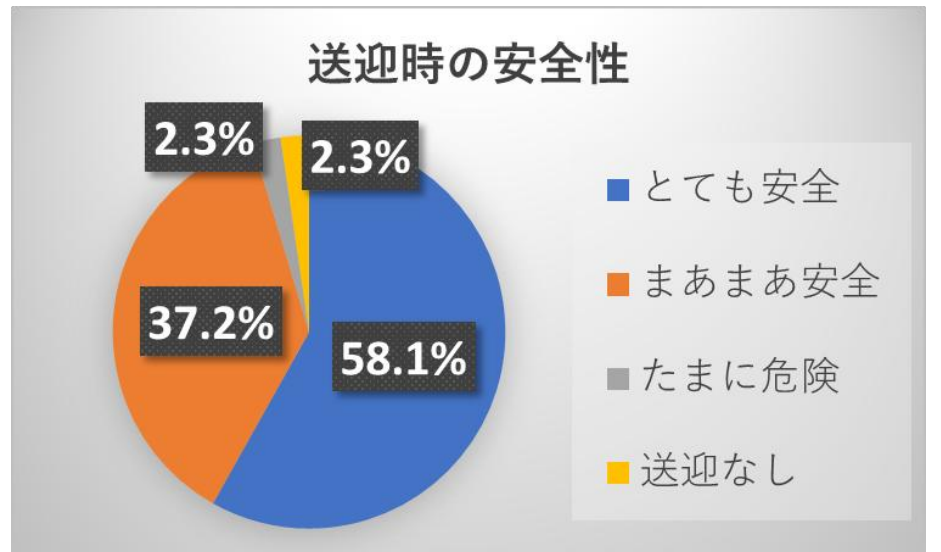
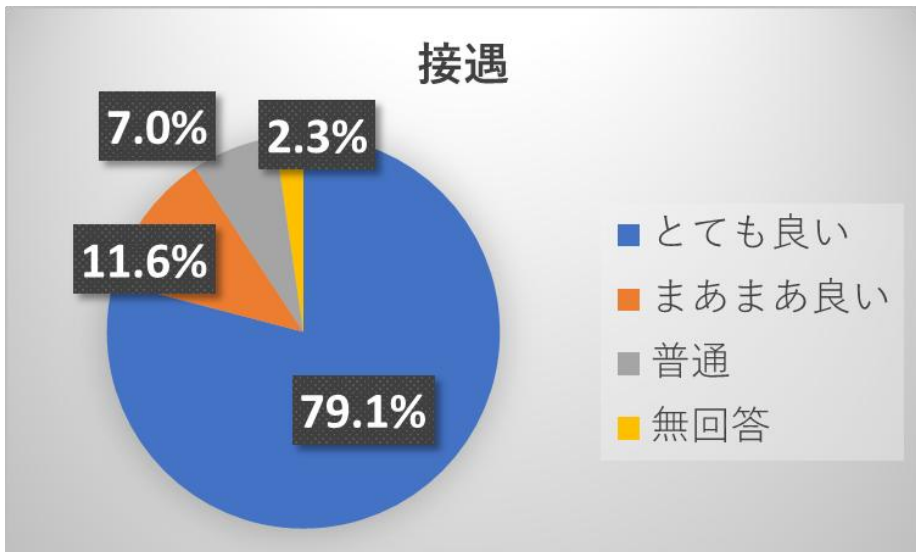
2026年2月末現在 アンケート対象ご利用者数 54名

有効回答数 43名

回収率 79.6%



最多ご利用年齢層は80歳～89歳 男女比は明らかに女性のほうが多い集団でした



職員の応対は「とても良い」が8割弱、送迎時の安全性は「とても安全」が6割弱でした。なお、ドアの開閉を丁寧にしてほしいとのご意見をいただきました。職員一同改めて日常を見直し、音や振動に注意してまいります。



ご利用目的（複数回答可）

■ はい ■ いいえ ■ 無回答



ご利用目的は複数回答としました。日常生活動作の獲得 体力づくりとも27名で最も多く、外出の自立を希望される方が19名でした。



4月のレクリエーション 「流れぬ風船、ならば皆で流してみよう」

やはり、4月といえば、桜です。今回も、昨年同様に室内で桜・・・と企画。昨年ヒヤヒヤしながら行ったご記憶のある方もいらっしゃると思いますが、風船を足で運ぶ、どうせなら、夢を持ち、桜の花びらを川に流そう、という強引なストーリーでした。

お手持ちの歩行補助具、シルバーカーの車輪幅を活用したり、ちょっと背伸びして、杖歩行をチャレンジしたり、と皆様大活躍でした。



☆体感ポイント☆

風船に足を延ばすとき、安全に配慮できるか

想定外に転がる風船へ片足を伸ばすとき、ふらつかない距離感を保てるか、または、足を伸ばした時にふらつきをご自身で止められるか、など、突発的な動きにどのように反射的に反応されるかを確認していました。

ふらつかずに、風船へ足を伸ばせるか

自ずと片足立ちにならざるを得ない状況になります。歩行補助具やシルバーカー、杖とご自身の体の位置と風船の位置を踏まえて、そもそも片足で無理して足を伸ばしていないか、伸ばした時のふらつきはどうか、について確認していました。



今月のお花

スターチス



絵：沢渡冷緒

和名はユリズイセン、なんとなくユリとスイセンを掛け合わせたようなイメージですね。

実は100種類以上あるそうで、様々な色の花を楽しむことができます。地下茎が強く、一見枯れたように見えても、春には新芽を出し、繁殖していく強い花です。

花言葉は「持続」「未来へのあこがれ」
明日へ一歩ずつ、この花のように強くありたいものです。

5月の予定 イベント情報

レクリエーション

5月18日(月)～5月22日(金)
・5月30日(土)

「ナンバー並べて、
なんぼのもんじゃい！」

診察・リハビリテーション会議

(日程は個別にお知らせします)

5月23日(土)・

5月25日(月)～5月29日(金)

5月のレクリエーション

「ナンバー並べて、なんぼのもんじゃい！」

頭も体も使って、今月もチームワークがさえる運動企画です。

みなさんと協力して、数字合わせを全身で行っていただきます。

もの拾いが主体ですので、4月同様、(通所利用時は不要でも)通常の外出時に歩行補助具を使われている方は、ご遠慮なくご持参ください。

編集後記

新年度、1か月が怒涛のように過ぎました。通所にも、新入職員や実習生が来訪し、ご利用人数も増え、急に混雑してきた印象です。ゆったりのんびりの3年間を過ごされていた、長期間ご利用いただいている方々が、少し遠慮気味に自主トレーニングを行われている様子を拝見し、少しずつ遅ればせながらの対策を考える1か月でした。自主トレーニングの変更、定期評価をしっかりと行い、皆様が目標達成に向けて楽しく過ごしていただけるように、なるべく早く色々行ってきたいと思っています。(K.A.)