



## オバケの キャンディー キヤツチ

10月のレクリエーションは、ハロウィンにちなんだゲームを行いました。段ボールのオバケやカボチャの口にキャンディーを投げ入れるゲームです。頭にお面をかぶり少しだけ仮装をしたりしてハロウィンの雰囲気を楽しみました。「なかなか入らない」「もうちょっと右！」など声を掛け合いながら、みなさん夢中で挑戦していました。うまく入ると拍手が起り懐かしいお祭りのような雰囲気の中、童心に帰って笑い合う姿が見られました。季節の行事を通して笑顔あふれる楽しい時間を過ごすことができました。



令和7年11月号

リハビリステーション・アズリー  
アズリー・リハトレ

### ● 棒サッカーで盛り上がりました！ ●

アズリーではスポーツの秋ということで棒サッカーを行いました。新聞で作った棒を使ってボールを転がし、相手ゴールを目指すシンプルなゲームですが、意外と力加減や反射神経が必要で、みなさん真剣な表情で取り組まれていました。普段あまり動かない方も、自然と体を前のめりにしてボールを追いかける姿が見られました。勝っても負けても笑顔が見られ、心も体も温まる時間となりました。棒サッカーは手軽に楽しめる運動として、今後もみなさんと一緒に楽しんでいきたいと思います。



### 葉っぱの色はなぜ変わる？

11月は旧暦で『霜月(しもつき)』と呼ばれています。朝晩の冷え込みが強くなり、草木に霜が降りることが多くなる季節です。昔の人は自然の変化をとても大切にしていて、こうした風景から月の名前をつけました。「霜が降りる月」-まさに冬の足音が聞こえてくる頃ですね。紅葉も見頃を迎える頃です。木の葉が赤や黄色に色づくのは、葉の中の”色素”が関係しています。赤くなるのは「アントシアニン」、黄色くなるのは「カロテノイド」という物質です。昼と夜の寒暖差が大きいほど、きれいになると言われています。秋の自然の美しさですね。



## レッドコード体操

レッドコード体操とは・・・赤いひも（コード）を天井から吊るして、手を掛けながら行う運動です。体をひもで支えながらできるので、関節や腰に負担をかけずに安心して運動できます。



### レッドコード体操でできること

- ・足腰を元気にして転びにくい体づくり
- ・姿勢が良くなり、肩や腰もスッキリ
- ・ゆらゆら動いて、バランス感覚アップ
- ・みんなで行うので、笑顔で楽しく運動

レッドコード体操は、無理なくできる新しい運動です。ぜひ一緒にからだを動かして、元気に過ごしましょう！

### 体験無料 キャンペーン！

デイサービスを利用してみたいな...  
レッドコードを体験してみたい！という方をご紹介下さい。年内は体験料を無料とさせていただきます。  
仲間を増やして楽しいアズリーにしていきましょう！

## 1日でも長く"自分の足で"、"自分の手で" 元気に過ごしたい方を応援します！！

アズリー専用の  
LINE(ライン)あります！

ぜひ  
ご活用  
ください!!

日中働いていて  
電話に出れないでの、  
簡単な連絡は  
LINEにしてほしい...  
というご家族様



- ・営業時間内のみ対応可能です。  
※緊急性の高い内容の連絡は、  
従来通りお電話させていただきます。お友達登録をお願いします！
- ・写真データはプライバシーを保護のうえ、  
希望者のみ対応させていただきます。

リハビリステーション・アズリー



各種マシンを使用してご利用者様に  
あった機能訓練を行います。



体のケア



レクリエーション

柔道整復師がご利用者様の体のケア  
を行います。



個別機能訓練

ゲームや製作、  
季節の行事など  
楽しいレクリエーションを行っています。

アズリー・リハトレ

月 火 水 木 金

月 火 水 木 金 土

午前



午後



○: 空きあり △: 要相談 ×: 空きなし



64-8902(担当:岩田)



64-0117(担当:五十嵐)