

# 節分 新聞豆 DE 鬼退治ゲーム

～リハトレ～



# アズリー通信



リハトレでは節分のレクリエーションとして、鬼が描かれている的に向かって、新聞紙で作った“豆”を投げるゲームを行いました。皆さん「鬼は外！福は内！」と元気な掛け声とともに新聞豆を投げられ、的に当たるたびに大きな拍手と歓声が上がりました。高得点を狙って力加減を工夫されたり、じっくり構えたりと、それぞれ真剣な表情も見られました。点数を競いながらも笑顔あふれる時間となり、会場は和やかな雰囲気になりました。季節を感じながら体も動かせる楽しいひとときとなりました。



令和8年3月号  
リハビリステーション・アズリー  
アズリー・リハトレ

アズリーでも節分にちなんだレクリエーションを行いました。鬼の的を前に設置し、新聞紙で作った“豆”を使って、皆さん一斉に投げいただきました。前のカゴにどれだけ入るかを競うゲームで、玉が飛び交うとフロアは活気に包まれました。狙いを定めて慎重に投げる方、勢いよく次々と投げる方など、それぞれ個性が光り、応援し合う姿も見られました。腕をしっかり伸ばし、体を前に倒して投げる動作は、自然と良い運動にもなっています。季節の行事を皆さんで共有しながら、心も体も温まる、笑顔あふれる時間となりました。



ひな祭りは、もともと「ひいな遊び」といって、紙の人形に厄を移し、川に流して無病息災を願った行事が始まりとされています。時代とともに形を変え、現在のお雛様は、女の子の健やかな成長と幸せを願って飾られるようになりました。お雛様の並びにも意味があり、お内裏様とお雛様を中心に、三人官女や五人囃子が揃うことで、平安時代の宮中の様子を表しています。三人官女の中に一人だけ眉のない人がいるのは、昔の化粧の名残といわれています。また、ひな祭りに欠かせないひなあられの白、緑、桃色は、雪・草・花を表し、冬から春へと季節が移り変わる様子を表しています。こうした意味を知ることによって、ひな祭りが春の訪れを祝い、家族の健康と幸せを願う行事であることが、より身近に感じられますね。





## レッドコード体操を取り入れています

当デイサービスでは、天井から吊るした赤いロープを使う「レッドコード」を取り入れています。ロープが支えてくれるため、関節や腰、ひざへの負担が少なく、体力に自信のない方でも安心して運動を行うことができます。

無理のない姿勢で体を動かすことで、筋肉をやさしく伸ばし、体幹を自然に使うことができます。姿勢の改善や転倒予防、肩こり、腰痛の予防にもつながり、日常生活を元気に過ごすための体づくりをサポートします。

「運動が苦手」「続けられるか不安」という方にも好評で、リラックスしながら楽しく参加できるのが特徴です。お一人おひとりの体調や状態に合わせて行うため、初めての方でも安心してご利用いただけます。

ぜひ、当デイサービスで心地よく体を動かす時間を体験してみてください。

# 春の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。

3月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!



NEW MACHINE  
NEW MACHINE  
NEW MACHINE

アズリーに新しいウォーキングマシンが導入されました! 速度はゆっくり歩くペースから調節でき、それぞれの体力に合わせて無理なく取り組みます。手すりも付いているため、安心してご利用いただけます。歩くことは足腰の筋力維持だけでなく、心肺機能の向上や気分転換にもつながります。一緒に楽しく運動してみませんか?

## 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  
電話に出れないので、  
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。
- ・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。

上のQRコードを読み取り、お友達登録をお願いします!



体のケア

柔道整復師がご利用者様の体のケアを行います。

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。



レクリエーション



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。

## リハビリステーション・アズリー

	月	火	水	木	金
午前	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○

## アズリー・リハトレ

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	○

○：空きあり △：要相談 ×：空きなし



☎ 64-8902 (担当：岩田)

☎ 64-0117 (担当：五十嵐)