

# アズリー 輪投げBINGO!

# アズリー通信



今回の「輪投げビンゴ」は、通常の輪投げにビンゴの要素とスペシャル得点を加えたことで、最後までドキドキ感があり、集中力や意欲を引き出すレクリエーションとなりました。5投という限られた回数の中で、どこを狙うかを考える楽しさがあり、自然と戦略的な思考も促されていました。また、縦・横・斜めが揃うと加点されるルールや、スペシャル輪による高得点のチャンスがあることで、逆転の可能性があり、点数発表時には大きな盛り上がりが見られました。最高得点115点、次いで109点と高得点も出ており、達成感を感じる場面も多かったようでした。身体面では、輪を投げる動作を通して上肢の運動や目と手の協調性の訓練につながり、計算や狙いを定めることで脳の活性化も図れました。運と狙いの両方が楽しめるゲームで、自然と笑顔や会話も増え、楽しいひとときとなりました。

令和8年4月号  
リハビリステーション・アズリー  
アズリー・リハトレ

## リハトレ STICK FOOTBALL

HA HA HA



リハトレでは、棒サッカーを行いました。新聞を丸めた棒を使ってボールを操作するレクリエーションで、無理なく体を動かすことが出来ました。最初は出来るか不安そうな様子も見られましたが、いざ始めると皆さん積極的に参加され、自然と声を掛け合ったりと、とても盛り上がりました。「楽しかった」「またやりたい」といった声も多く聞かれました。チームで協力しながら取り組むことで、利用者様同士の交流も深まり、笑顔あふれる時間となりました。これからも、楽しみながら体を動かせるレクリエーションを取り入れていきたいと思ひます。

## サクラのひみつけ

やわらかな日差しとともに、桜の便りが聞かれる季節となりました。4月は新しい始まりの月でもありますね。私たちがよく見る「ソメイヨシノ」は、実はほとんどが同じ遺伝子を持つクローンの桜です。接ぎ木で増やされてきたため、日本中の木が“兄弟”のような存在です。そのため、気温にそろって反応し、一斉に咲くのです。しかもソメイヨシノは、自分同士では実ができにくいという少し不思議な性質もあります。だからこそ、人の手で大切に受け継がれてきました。春に咲きそろう桜。そんな秘密を思い出しながら眺めると、また違った見方ができるかもしれませんね。

## HAPPY BIRTHDAY

3月は6名の方が  
お誕生日を迎えられました!



## 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。

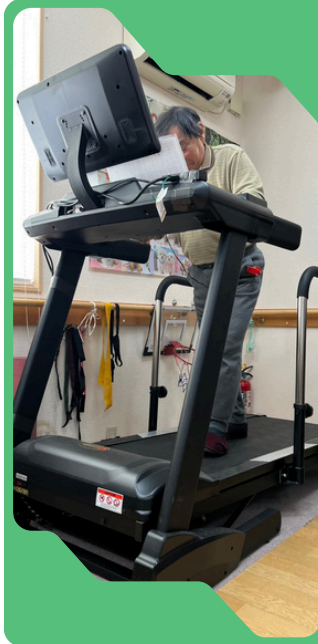
ぜひ、当デイサービスで心地よく体を動かす時間を体験してみてください。

# 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！  
という方をご紹介します。

4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！



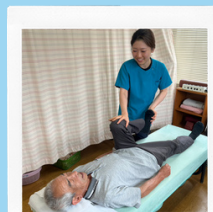
ぜひ  
ご活用  
ください！！

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



上のQRコードを読み取り、  
お友達登録をお願いします！

- ・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。



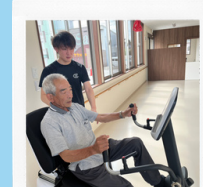
体のケア

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：齋藤)



64-0117(担当：五十嵐)