



自立支援センターひばり通信

第1号



2021年10月発行

生活介護

持っている力を活かして自立に向けたサポート



ご機嫌な様子でエアロバイクを漕いでいます。何か嬉しい事があったのかな？



：ストレッチ体操：

リハビリを兼ねた軽い体操をしています。終わった後、「体」が軽くなったように感じます。



積極的にご自分で自主トレーニングをされています。



ご本人のやりたいこと、できることを確認しながら運動を取り入れています。ゆっくりとしたペースでトレーニングに努められています。(^^)



脳トレが大好きで飽きません。どんな難問も考えて解くのがたまりません。？

月に二回行われる音楽療法♪では、大きな声を出す事でとても気分がよいです。



私は手先が器用だからお手のものよ。任せて(^^)v



週2回マット運動をビデオを見ながら行なっています。その後、軽いマッサージも行っています。

住み慣れた地域で自立して暮らしていくのに必要な健康管理・金銭管理・対人関係など必要な生活スキルを訓練します。

利用者様募集



内 体 職 験



頑張り屋の〇〇さん。手指訓練ではボルト・ボールペン組み立て・ビーズの色分け、etc、黙々と課題をこなされています。ラベル貼りも丁寧に組み立てられています。



上手に次々並べて2段目まで出来ました！(^^)!



そこまでは難しくなかったから次々と作業する事ができました。



生産活動・就労訓練を積極的に取り入れています。



初めての作業で緊張したけど思うようにできて良かった。

生活訓練

集中力・正確性・耐久性



毎日、リハビリを兼ねて頑張っています。



指定された量をカップに入れ計りを使って計量する時は集中します。



今ぐらいの生活が丁度良いかな、と思えました。出来る作業が増えて良かったです(^^)v

編 集 後 記

山本 豊

私は毎日新聞を読むのが日課です。私の唯一の情報源となっています。現在の出来事で話題になっているのは衆議院議員選挙です。政治家はコロナ経済対策を訴えていますが私たち国民は何を基準に投票すれば良いのでしょうか。経済が良くなり給与があがりコロナの心配が無くなれば以前の生活に戻る事が出来るのではないのでしょうか。一日も早い、実現を心から願っています。早く、顔からマスクを外して堂々と歩けるようになればいいのと思っています。

夏の思い出



今年の夏に「バジル」を植え沢山の葉をつけてくれました。また、夏の終わりには花が咲き二度楽しませてくれました。

今日は何輪咲いたね！と心待ちにしながら色とりどりの朝顔を楽しみました。沢山の種が取れ来年ももっと沢山の朝顔が鑑賞出来たらと思います。(^^)

