

富田デイサービスセンター リハビリ通信

6月号

急激に暑さが増し体調を崩しやすい時期になりましたが富田デイは元気いっぱい活動しています(^^)/

日帰り旅行を企画し
利用者様には日頃の訓練の
成果を発揮して頂きます!!



買ったもの持つから
腕の筋力も大事で!



ひ孫にお菓子を買って
あげたいんよ~



目標

筋肉をつけるためには15歳以上は
一日5000歩歩くと良いそう!!
(外出で3000歩・家で2000歩)
80代後半や90代の方が多いですが...
今回デパートでの歩数目標は
3000歩に設定!



トレーとトングを持って杖なしで
安定して歩行出来ています!!
日頃の訓練の成果が出てます☆



万歩計を持って
歩数をはかりました!!
目に見えると
やる気が出ますね!!



ひ孫さんへの
プレゼント選んでます
おやつではなく
お洋服にしました♪
金銭授受もばっちり
(^)/



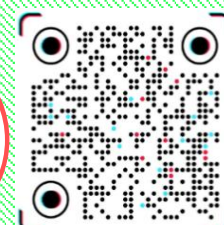
今回男性陣のお誘いで
普段外出されない方も
参加して頂けました
仲間の刺激は素晴らしいです!



Instagram



ティックトック



始めました☆



ご利用者の活動状況を随時更新して参りますので是非チェックをお願いします♪
※個人情報の取り扱いには留意した上での実施をしています。

富田に帰って歩数確認!!!

第1位!! **2578歩!!**

目標の3000歩
まであと少し....

しかしながら

88歳頑張りました

(*^-^*)/



ちなみに後日デイサービスで1日の歩数を
図ったところ900歩前後でした!

次は二軒屋で鉢植えを
買いたいとのことで...

*重いカゴを持った状態
で狭い通路を通る



*低い場所の鉢植えを取る
店を想定して訓練をしています!
次に向けて頑張りましょう♪