涼風だより

2025 年　　正月号
Vol.25　1 月 1 日発行

デイステーション涼風では、利用者様の「リハビリテーション」を
目指すために、各自に合わせた訓練や活動を提供しています

明けましておめでとうございます。

昨年は皆様のおかげで楽しい活動をたくさんすることができました。涼風の利用者様の半数は９０歳代となりましたが、皆様お元気で溌剌としていらっしゃいます。涼風を始めようと登録や準備を始めたのが 15 年前の今頃。開設時は９１歳の方が一人で７０歳代から８０歳前半の方が大半でした。開設年から通い続けてくださっている方が２名、年はとったものの年齢よりずっとお元気です。

今年も訓練を含め、楽しい活動を通してよく動く体と頭を創り、人生を謳歌し機嫌よく過ごしましょう！！　今年もどうぞよろしくお願いします。

年末のクリスマス忘年会は「毛布 de ポン」というゲーム、二人で力とタイミングを合わせ毛布に乗せたビーチボールを２メートル先の籠に入れます。なかなか難しいのですが、うまく入ると拍手喝采、当の二人は握手して喜び合いました。年末ジャンボ宝くじ付きダーツは２億円、１億円と当たった場所によって威勢の良い声がしました。優勝者とブービーにはかわいいクマのぬいぐるみが贈られました。

恒例の正月用生け花は９名の方が挑戦されました。昔取った杵柄熱心に枝や葉、花と向き合いながら集中して楽しまれていました。ご自宅で１月いっぱい楽しめると思います。

ちょっとした合間にはあやとりやジェンガなども。涼風は暇なしです。