

# 7/1 つくしんぼのデイサービス田村 早良区原(原六つ角)へ移転します。

## 心身機能(個別)訓練を強化した

## つくしんぼのデイサービス原になります。

### 5月より社外スポーツトレーナーによる機能訓練開始

\* 毎週1~2回 10:30~11:30(火&水曜日)

\* パーソナルトレーニングを専門とするトレーナーが行います。



トレーナー  
権東先生

トレーナー  
森山先生

- ①主に、**転倒予防訓練**を行います。  
※転倒しない身体 筋力の維持・向上。
- ②**骨粗鬆症改善・予防**を図ります。  
※それでも、転倒してしまった時、  
**骨折しにくい身体づくり(骨の強化)**  
**骨密度アップ訓練**



#### <個別プログラム策定>

- ① その人にあった訓練を、3か月後には変わった自分に喜びが！！
- ② 毎月体力測定し、数字で結果判定します！！

### おとなの学校 メソッド

ホームルーム	9:30~10:25	健康チェック(朝の一言)
1限目	10:30~11:30	体育(転倒予防訓練)
昼食		(昼休み/娯楽・個別レク・個別下肢訓練)
2限目	13:30~14:00	頭の体操(おとなの学校)
3限目	14:10~14:40	個別プログラム訓練
4限目	14:50~15:20	レク(心身機能訓練)
おやつ	15:20~15:40	昔話(短編3話)
5限目	15:40~16:00	骨密度アップ訓練
6限目	16:00~16:20	朝の一言(答え合せ)
ホームルーム	16:20~16:40	帰りの挨拶(帰りの一曲)

#### 「おとなの学校 メソッドとは・・・」

国語・算数・理科・社会・音楽など、  
授業という形で提供しています。  
目的は、会話(発声)の増加です。  
心身機能には、社会参加の維持が重要  
です。学生時代の楽しかった思い出  
は忘れず、たくさんの会話が出来る  
のです。楽しい昔話は、自然と会  
話が増え、そんな仲間と楽しく過ご  
す時間は、あなたにとって、かけが  
えのないものになるはずです。自然  
と、様々な心身機能の維持・向上を  
実感できるようになるはず

# つくしんぼのデイサービス原のテイルームご紹介

現在急ピッチで改装中により、写真は次号にて！  
 広～い1ルームを上段と下段の2ルームに分け、  
 間を傾斜が付いたスロープで繋いでいます。

よってルーム内移動だけでも、安全に機能訓練が  
 出来るバリアフリー？構造にしています！



## H30年5月(皐月)のレク行事予定表

おとなの学校  
 メソッド

様

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
科目内容		今月の風景 個別	今月の風景 個別	地理1 個別	地理1 個別	国語3 個別
レク内容		風船パンチ&キックゲーム	風船パンチ&キックゲーム	いろいろお手玉入れゲーム	いろいろお手玉入れゲーム	タオルでハンマー投げ大会
訓練内容		上肢・下肢	上肢・下肢	上肢筋力	上肢筋力	上肢筋力
6	7	8	9	10	11	12
科目内容	国語3 個別	歴史1 個別	歴史1 個別	国語1 個別	国語1 個別	× ×
レク内容	タオルでハンマー投げ大会	お手玉積み積みゲーム	お手玉積み積みゲーム	輪っか蹴り得点ゲーム	輪っか蹴り得点ゲーム	図工(暦・個人用)
訓練内容	上肢筋力	上肢筋力	上肢筋力	下肢筋力	下肢筋力	感性・想像力
13	14	15	16	17	18	19
科目内容	× ×	理科1 個別	理科1 個別	国語4 個別	国語4 個別	歴史2 個別
レク内容	美術(創造活動)	うちわで風船バレー大会	うちわで風船バレー大会	紙ヒコーキ的当て大会	紙ヒコーキ的当て大会	空き缶カーリング大会
訓練内容	指先・理解力	上肢筋力	上肢筋力	上肢筋力	上肢筋力	下肢筋力
20	21	22	23	24	25	26
科目内容	歴史2 個別	× ×	理科3 個別	理科3 個別	× ×	補講1 個別
レク内容	空き缶カーリング大会	美術(創造活動)	簡単ゲートボール大会	簡単ゲートボール大会	体育(心身機能)	ビーチボールバランス大会
訓練内容	下肢筋力	指先・バランス	上肢筋力	上肢筋力	上肢筋力	上肢筋力
27	28	29	30	31		
科目内容	× ×	補講2 個別	× ×	× ×		
レク内容	家庭科(外食ツアー)	ビーチボールバランス大会	家庭科(調理実習)	暦作り(暦・テイ用)		
訓練内容	感性・想像力	歩行訓練	指先・バランス	指先・理解力		



つくしんぼのデイサービス 田村  
 (介護サービス九州株式会社)

TEL: 092-874-8650  
 FAX: 092-874-8651

おとなの学校  
 メソッド

心身機能訓練  
 強化コース

# 【つくしんぼのデイサービス田村のご紹介です】

- 地域密着型事業所(定員16名様)
- 無料体験**ご利用、**2回までOK**です。(お食事・おやつ・入浴も無料です。)
- 対象の方:要支援1~要介護5の方又は、介護保険申請中の方。
- 要支援の方も入浴OK**です。
- 福岡市内送迎致します。(現在:西区・早良区・中央区・城南区・南区に利用者様がいらっしゃいます。)
- 長年救急病院で看護師長を勤めたスタッフが在籍しております。医療度の高い方もご安心してお任せ下さい。
- お食事**は、毎日野菜中心にメインのお肉とお魚料理を含めた6品+フルーツ。全て**手造り**です。**ご自分で選べるバイキング**で召し上がっていただきます。
- ご希望の利用者様には、夕食お弁当のご用意(有料)も致します。

## デイサービス内のご案内



メインルーム



機能訓練室兼レクリーム



個浴です



手造りバイキング



お花もみんな  
で植えます



和風のお庭がある、落ち着いた戸建てのデイサービスです。

## 趣味の時間(お昼休み)



トランプ



花札



工作

# お出かけ



ドライブ(糸島)



お花見(桜)



お花見(コスモス)



外食ツアー(ざうおさんにて)



初詣



チューリップ祭り

お出掛けランチピクニック < 初夏までの限定企画 > みんなでおにぎりを頼ろう!



## ボランティア様 ご来所企画



JA 田隈大正琴教室様による、大正琴演奏会。  
約1時間で10数曲ご披露していただきました♪

以下を目的に企画致しました。

- ・生活に楽しみが持てる為。
- ・適度な運動や気分転換を計る為
- ・メリハリを付けた生活をする為。
- ・他者との関わりを持ちながら心身機能の維持向上の為。

つくしんぼのデイサービス田村

事業所番号4071402590

地域密着型16名様定員

〒814-0175

福岡市早良区田村6-1-23

TEL:092-874-8650

FAX:092-874-8651

## 詳細地図

