

安心プラス通信 2023年5月号

裏面に
【お客様の声】
特集!

新しい職員の紹介!



5月1日から安心プラスに配属
となった**作業療法士**の

石田一真です。

趣味は高校一年生から
習っているハープです。
一日でも早く安心プラスの一員
となれるように頑張っています
のでよろしくお願いします!

SDGsの 取り組み

11 住み続けられる
まちづくりを



無駄にゴミを出さないために、物を
大事にして長く使っていきます!



機能訓練士の 河田からのお知らせ!



4/10~4/15まで**体力測定**がありました。みなさん一生懸命に頑
張ってくださいました。今回は**その中でも朗報があります!**2022
年11月初めに来所されたA様。その時の片足バランスが**21秒**と目
標である**60秒**までは届きませんでした。その後、自主トレにてバ
ランス訓練を実施していったところ...、今回の体力測定で、両足
ともに**60秒**に! **運動をすれば効果が出るという実感**をしてもらえ
たと思います。自宅でのお困りごと、こんな運動をしてみたい!
と何かあれば機能訓練士までご相談ください。

足の筋力を測定!

柔軟性を測定!

全身の持久力を
測定!



その他の測定も行っております!



2023年04月末現在の空き情報



空き
情報

月	火	水	木	金	土
空き無し	午前2人 午後2人	午前2人	空き無し	午前2人	午前2人



安心プラス
もつと楽しく、イキイキ。
京都市伏見区京町六丁目 69 番地 1
FAX 075-601-6671

TEL 075-601-6688

体験等のお問い合わせは
担当:木曾・熊田まで!

※写真・実名はお客様の許可を得て掲載しています。

皆さんの声を
集めました！



・「家やと1日ボーとしてる。皆と交流もできて1日が有意義になる。」

・「家やと退屈。綺麗なところやし色々な人と話せて楽しい。」

・「これはええわ。外に出れるし体を動かすとスーとするわ。わしは死ぬまで行かせてもらう。」

・「十分満足してます。」

・「皆と一緒に運動ができて楽しい。スタッフの人も親切。」

・「運動して身体が動かしやすくなった。スツとした気持ちになる。」

・「ここに来て歩きやすくなった。たくさん運動できる。」

・「1年経つけどやっぱり歩行も違うし気分的にも違う。やっぱり効果あるわ。水・土楽しみやわ。」

・「歩いてる時に、ここに来て運動出来て良かったなとを感じる。」

・「歩いてる時に、ここに来て運動出来て良かったなとを感じる。」

・「ここに来てから家の用事もできている。休まずに来たいです。会話も楽しい。」

・「運動もできるのが嬉しい。初めの際は緊張したけど同じ人が多いから楽しい。友達からは私が一番元気って言われてます。」

・「まだ1ヶ月ぐらいだけど行くのが楽しい。皆さんに色々な話聞けるしストレス発散にもなる。」

・「この間もらった写真立て毎日見てるの。」

・「ここで運動できるし、体にええわ。」

・「屈むのが楽になった。ここに来てから力がついた。」

・「外を歩けるようになりました。2000～3000歩です。」

・「ひな祭りのゲーム楽しかった。」

・「ひな祭りのイベント、よく考えはったな。」

・「足腰の運動ができて嬉しいです。」

・「来た時は足が痛かったけど運動すると痛みがましになって良かった。」

・「お雛様のやつおもしろかった。よく考えますね。」

・「楽しかったです。自宅での運動はできませんが。」

・「家での動きが楽になった。膝の痛みも少しはましになった。」

・「他の所にも通ってるけどこっちが楽しい。色々な体操できるから。」