

安心プラス通信 2024年2月号

3/9は会社行事の為お休みです

裏面に
お客様の声
特集!



～お正月といえば福笑い！～



1月のイベントでお客様と一緒に福笑いを行いました。空間を把握する能力を鍛えることにも繋がりますね。実際に目を閉じて行くと難しいという声も多かったのですが、完成すると笑い声が多く聞こえてきました♪

SDGsの取り組み

無駄なお買い物を
しないように、気を付ける！

12 つくる責任
つかう責任



機能訓練士の高野からお知らせ！
「新しい自主トレについて紹介しま
す！」

自主トレーニングを決める目安は、体力測定や歩行分析（トルト）の結果からお客様の能力維持・向上の為に、必要な能力を評価し全ての順次お客様のメニューを更新しています。今回のメニューの更新により、お客様に合った難易度の高い運動メニューもありますが、それに見合った運動効果もあります！



膝の抱え込み
腰回りや、骨盤・太も
もを柔らかくします。

ボールを挟んで足上げ
体幹や付近を鍛える
ことができます！




2023年1月末現在の空き情報

空き情報	月	火	水	木	金	土
	午前2人	午前1人 午後1人	午前1人	午前2人 午後1人	午前3人	午前1人

a+ 安心プラス
もっとなしく、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！



2月



「歩く検査の結果もうでたの、早くていいわね」

「安心プラスにきて肩が軽くなった！運動って大切やね」

「デイに来て運動する様になって便秘が良くなりました。毎日出る様になりました。」

「ベッドを使った運動メニューもあるんやね。色々考えてくれているんやね。すごい。」

「デイに来て運動してたら、時間あっという間やね。」

「デイに来はじめて、歩き方が変わりました。ここに来るのが楽しみです。」

「自主トレメニューの説明ありがとうございます。分かりやすかったです。」

・「色々教えてもらってありがとうございました。」

・「今日は色々ありがとうございます。運動がたくくてここへ来たので良かったです。」

・「ストレッチの後は歩きやすいね。」

・「足を揉んでくれてありがとう。」

・「運動を教えてくれてありがとう。」

・「マシン運動(ローイング)してから姿勢がよくなってきた。」

・「ここで運動できて良かったわ。ありがとう。」

・「ここに来てるから娘も安心しています。ありがとう。」

・「今日はリハビリありがとう。」

・「今日は段差の練習が上手くできましたわ。」

・「職員さんのマジック見たいわー。」

・「近所に運動できる所があって良かった。」