

a+ 安心プラス下三栖 通信

2020年 2月号

できた〜!! のお客様の声コーナー

K.K様…下三栖に来てから動けるようになったから前よりも活発的に動けるようになり、下三栖に行く回数も増やせた!

Y.D様…前は身体がしんどくてデイに行く回数が増やせなかったが、今は行く回数を増やす程体力が付き、楽しく過ごせるようになった!

※写真掲載はお客様の許可を得ています!



個性豊かなおにの面づくり!

今年はみんなでおにの面作りを行いました! 作り方は、おにの目、髪、角等をパーツ化して土台となっている顔に貼り付けてもらいました!



寒さを吹っ飛ばせ! 棒体操!

今月紹介する運動は、『棒体操』です! この棒体操の棒は、家等にある新聞紙を丸めて両端をテープで巻くだけで棒が完成します! (もちろんラップの芯等他の物でも代用OK!)

この棒を使用して肩や体幹等の柔軟性を保つことを主な目的として行っており、お客様からも「肩に効くわあ〜」「しっかりと身体が伸びるからええね!」と言ったお声も頂いています。初めてされる方にもおすすめの運動です!



作ってもらったおにの面は、一人一人違う顔をしており表情豊かな、おにの面がたくさん出来ました。完成した後は、お互いに作った鬼の面を見比べたりして楽しくお話をされ過ごしました!



2020年01月末現在の空き情報

空き情報

月	火	水	木	金	土
0人	1人	3人	4人	0人	0人

TEL:075-632-8282 FAX:075-632-8188 担当者:木曾・尾崎

安心プラス下三栖は体験見学随時受付ています!!