

# ウエルハウス西宮だより



## 介護予防油圧マシン、コグニバイクを導入しました！！



当施設では2023年10月から介護予防マシンを導入し、主に通所リハビリテーションのご利用者（要支援者1～2、要介護1～2）に利用いただいています。理学療法士（PT）、作業療法士（OT）がご利用者を評価して、個別のプログラムを計画しております。



コグニバイクは認知トレーニングエルゴメーターで、足こぎをしながら計算やクイズなどの認知課題ができるトレーニングマシンです。

認知症予防に興味のある方、また通所リハビリが気になる方はご連絡ください。一度利用していただけたらと思います。

## 散歩

**5F** 4月より西宮浜周辺で散歩を行わせていただきました。4月初めは、白い桜を見ながらヨットハーバー方面へ向かいました。中盤より桜並木が満開になり、所々に八重桜も咲いていました。数年ぶりの散歩ということで、ポスターを見て「私も行きたい」と言われる声が多数あり、散歩後「桜見れてよかったわ」と好評でした。



**4F** 今年もとても綺麗に桜が咲きましたね。気候も良く4階でもポチポチと、ヨットハーバー周辺のお散歩に出かけました。

おやつレクリエーションでは、冷たいゼリーを手作りして食べました。花より団子までは行きませんが、とても美味しく頂きました。



## 音楽ボランティア まえぽん様&伊藤様



4月26日社会人アーティストまえぽん様・伊藤様によるコンサートが実施されました。「リンゴの唄」「北国の春」「花」「東京ブギウギ」「大阪ラブソディ」「ふるさと」「ラブユー東京」「河内おとこ節」「上を向いて歩こう」「きよしのズンドコ節」「恋の竹ノ塚」「母」といった楽しく盛り上がる曲から、心に染み入る曲などたくさん披露してくださいました。演奏も歌声も

とても良かったです。参加利用者の表情が明るくなり、楽しそうに口ずさんだり踊ったりされていました。実習生も一緒に参加し、楽しい時間となりました。



## 4月行事食の献立

4月26日 通所リハビリ  
松花堂弁当

4月1日  
お花見御膳

筍やつくし等、春の食材を使用しています。「つくしが入っている!」「おいしい♪」「春だね♪」等様々なお声をいただきました♪



手作りの箸袋を持って帰ってくださる方もいて、栄養科一同とても嬉しい気持ちになりました



4月24日 通所カフェ  
大福いちご  
コーヒーまたは紅茶

## 通所リハビリ 鯉のぼり作成

5月5日のこどもの日にむけて、鯉のぼりを作成しました。今回は大きな真鯉を作り、皆さんの手形を取って鱗に見立てました。

「手形なんて生まれて初めて取るわ。」「男の人の手形は、やっぱり大きいな。」など利用者様同士で、話が盛り上がっていました。記念になると思うので、季節が変わったらお持ち帰り頂こうと思っています。お楽しみに。

