

すぽでい 新聞

2017



子どもにとっても、私たちに親にとっても、初めての夏休み。計画していたつもりが、やっぱり宿題も夏休みが終わる数日前にようやく完成。9/1(金)の始業式には、ダルそうに登校して行きました。2学期が始まってすぐ、小学校の運動会があります。いつも皆さんに「体を動かす大切さ」をお伝えしている私ですが... 日頃気をつけてトレーニングしていないので、走り出すとあっという間に膝がクンになってしまいます。

利用者様と 一問一答

庭木の
剪定もはのり、
自転車にも
乗ります!



- ★家でかんばっていること...
- ウォーキングマシン 1回20分くらい、2~3日に1回やっています。
- 自主トレチェック表のトレーニング!
- 何向き寝でも、足を動かす!!
- ただゴロンッと横にならざるだけじゃ、もったいない! 横にならなくてもトレーニング! スゴッ!

今日は、小松町にお住まいのMさんです。
(本名、顔出しNGなので、イニシャルと似顔絵です)
Mさんは、ご本人からのお申し出があり、1年余り前から、スポーツデイで考えた自主トレメニュー表を使って、ご自宅でトレーニングされる、とても前向きで、意欲のある方です!



Mさんの想い...
少しでも体を動き易くしたいです。家では、食事の仕度は家内なので、他のことは出来る限りやりたいと思う。体を悪くして、子どもや周囲の人に迷惑をかけたくないと思っています。自分でできることは、自分でして、他の人に頼らなくて済むように、頑張っています。

★スポーツデイは...
家ではできない、していない運動をさせてくれるので、頼りにしています。
自分では、気がつかないこと、わからないことを教えてください😊

畑で野菜も作っています。

小学1,2年生の課題図書

「ばあばはだいじょうぶ」

という絵本を
ご存じですか?



読書感想文のための本を探りに立ち寄り、た本屋さんで、何となく目にとまったこの本。パラパラとページをめくっていくと、主人公の男の子のおばあちゃんか「わかれてしまうひょうき」になって... という絵本でした。仕事柄、私の一存で決めてしまった感想文の本。6歳の娘ながら、いろいろと感じたことかあったようでした。自分ではどうにもならない、病気のこの病気嫌だから来ないで〜!と遠ざけることができたらどんなにいいだろう。でも... この絵本を読むと、病気になった家族への関わり方の大切さを改めて考えさせられました。

あなたの想いを共有し
想いを一緒に
形にしていけます

スポーツデイたんばら
Tel 0898-68-8882

