

5月 すぽでい 新聞

平成30年

4月の後半は、寒暖差が激しかったせいもあって、我が家の家族は、急性扁桃腺炎になり、歯痛がひどくなり、咳が続いていたり...と体調不良続きでした。利用者さんは体調が少し良くなると「年やけんね〜」とおっしゃいます。なので私は、「お年頃やけんねの」と返します。一言付け加えるだけで、何だかとってもほんわか、かわいらしい感じになります。日本語、不思議ですね。話す内容もそうですが、声の感じ、話し方によって受け取り方はずいぶん違いますね。言葉一つ大切にしていきたいと思っています。

5月のお出かけ

～周ちゃん広場へお買い物～

5月14日（月）～18日（金）の日程で、周ちゃん広場への買い物を予定しています。ご利用時間内での実施予定になります。周ちゃんへの買い物は、昨年10月実施後、今年初！となります。お買い物の後、お時間があれば、隣接する喫茶コーナーでお茶を楽しんでいただくこともできます。お花の苗や植木もあるので、たくさんの方のご参加をお待ちしています。

上肢・下肢・腹部・全身運動が4つのマシンで出来ます。



2階のマシンです！1Fも同様です。

スポーツテイたんばらについて

8月で開設してから丸5年を迎えるスポデイ。現在約90名！の方がご利用くださっています。寒い時期にお休みされていらっしゃる方が復帰されたり、暖かくなって新しく利用開始される方がいらっしゃる、とても賑やかな毎日です。スポデイで大切にしていることは、利用者さんと一緒に、“動きやすい身体”を作っていくことです。生活の中で困っていること、もう少し頑張れば、何とかなりそうなこと...皆さんから色々なお話をうかがいながら、ご自宅で楽しく過ごして頂くために、どうしたらいいかな？と考えながら、“一緒に”運動していきたいと考えています。



テレビショップでも放送されているワンダフルコア。ハネの力で腰を痛めることなく腹筋ができます。

やり方次第で他部位の運動もできね。

円盤のように見える空気が入ったマシン。座っているだけで体幹を鍛えることができる優れた。



上肢のストレッチに使うプロミウムジム。肩の運動や、上半身の運動、リラックスして体を大きく動かすことができます。体をひねることも出来る。1台で3役も4役もこなせます！

何かお気づきになったこと、もう少しこうして欲しいな〜という要望、特別なことがなくてもいつでもお近くのスタッフに声をかけて下さいね。



↑ バランスマット。足踏み立位保持、歩行をする事でバランスUP。

あなたの想いを共有し 想いを一緒に 形にしていきます

スポーツテイたんばら

Tel 0898-68-8882

営業時間 月～金：830～17:30