

百寿さん*いらっしゃい ※百寿とは100歳以上の方

きしもと とみこ

岸本 富子さん 大正6年5月28日生まれ 101歳



元気一杯な岸本富子様です、 大阪府箕面市生まれ。船場育ちで結婚後も船場で過ごした そうです。ニコニコと楽しそうに活動に取り組まれる岸本様はいつも皆様を元気にしてくださいます。

夏祭りには豪快にスイカを 割ってくださいました。

長生きの秘訣

なんでも深く考えず、好きな事をして楽しく過ごす事が大切だと思う。

好きな食べ物

嫌いな物は特にありません、どんなものでもいつ も美味しくいただいてい ます。

好きな事

昔から遊びが好き だった、テニスや他 のスポーツでもいつ も楽しく遊んでいま した。

何事も一生 懸命にチャレンジ。

OLYMPICS

息子様より

お母さん、これからもお元気で! 2020年の東京オリンピックも見れるくらい 元気に頑張ろうね。



楽_{しく楽になる}リハビリ



デイケアでは毎日2時から40分ほどリハビリの一環として、その方の身体機能にあった3グループに分かれ、小集団での体操「楽リハ」を行っています。「隣の方も頑張っているので私も!」とよい刺激になっています。

Aグループ

イスに座ったまま2種類の足上げの体操を行います。

Bグループ

イスの背を持ってスクワットや、かかと上げなどを行います。

Cグループ

2本の杖を使ったノルディック ウォーキングを行います。 季節の良い時期は屋上や中庭の花を 見ながら歩いています。

利用者様の声

「足の力がついてきました。」 「なかなか家でひとりではできな いので楽しい(^^)」

「これからも自分で歩き続けたい と頑張っています。とても良い 取り組みだと思っています。」

ニューライフガラシアオリジナルの"楽リハ"皆さん熱心 に取り組んでくださって います。

私たちも少しでも楽しく 取り組めるように心がけて います。







