

【参考資料】 令和7年度の主な活動内容

令和7年度 リハビリ班活動

- **活動時間** 平日 10:00 ～ 11:00
- **活動場所** 中庭、体育室
- **活動目的** 生活能力の現状維持と筋力の低下防止
- **活動内容** 週間予定表を作成し、集団でのストレッチ体操、中庭や体育館での歩行訓練、プットインを行っています。

月曜日・・・食堂、居室掃除、移動販売車で買い物、YouTube鑑賞

火曜日・・・合同ドライブを兼ねた園外歩行

園外歩行に不安のある方は体育館でストレッチや体操、プットイン

水曜日・・・リハビリ活動

タオルを使用したストレッチや、体操、プットイン、歩行訓練

木曜日・・・リハビリ活動

タオルを使用したストレッチや、体操、プットイン、歩行訓練

金曜日・・・園外歩行、リハビリ活動

タオルを使用したストレッチや、体操、プットイン、歩行訓練

活 動 の 様 子

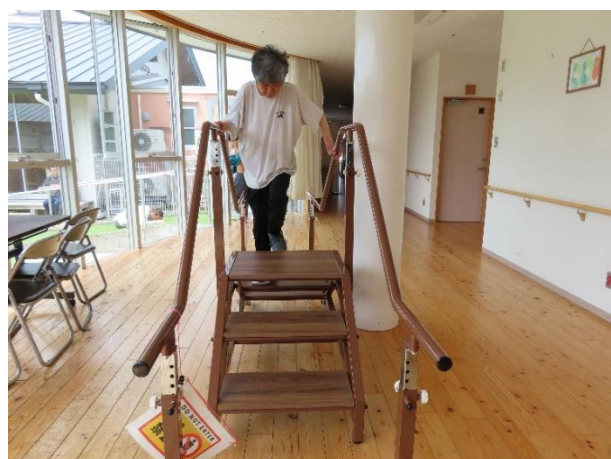
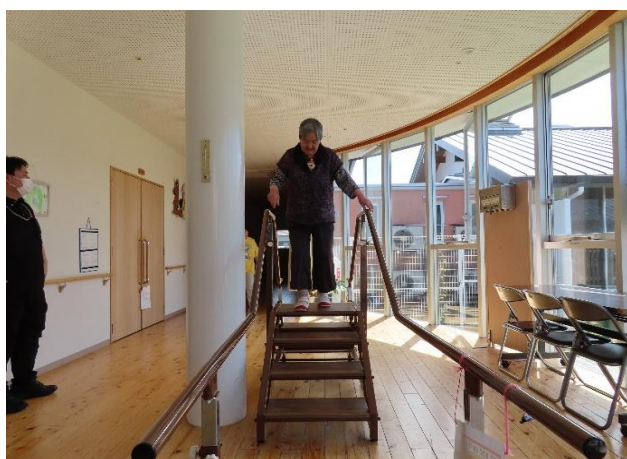


支援員が実施するストレッチを見本として提示することで、利用者が主体的に支援員の真似をしてストレッチに参加しています。



足腰の強化の為に、写真のとおり〇cmの高さを書いた紙を壁に貼り、腕を伸ばし壁に向かってジャンプし到着点の高さを簡単に測り達成感を得られるように工夫しています。他には天気の良い日には無理のない範囲で中庭を歩行し、近隣へ園外歩行に出掛けてストレス軽減や季節の変化を楽しむようにしています。

令和6年度末に設置した歩行階段ですが、下肢、体幹の筋力やバランス能力の維持・向上を目指す効果的な運動となるため、積極的に活用しています。



朝の廊下歩行時にも階段昇降を利用し始めては不安を感じる利用者もみられたが職員の付き添いや声掛けにより安心して取り組むことができ前向きな反応も見られています。ストレッチでは職員が付き添いや声掛けを行いながら徐々に自分から手や足を動かしてストレッチ行っています。次年度は今まで以上に活動に創意工夫をして体力の維持や向上に図っていく予定です。

令和7年度 創作班活動

- **活動時間** 平日 10:00～11:00
- **活動場所** 創作室 中庭、土佐公園 蓮池公園 土佐市民公園など。
- **活動目的** 充実した時間を得るため、一人ひとりが好きな作品作りを行います。また、完成作品をスピリットアート展、土佐市民展、園内行事等への展示・出展を目標に取り組みます。
- **活動内容** 週間予定表を作成し、日々の活動を行ってきました。
 - 月曜日 ・ ・ 移動販売車での買い物・食堂、居室掃除、整理整頓など
 - 火曜日 ・ ・ 合同ドライブを兼ねた園外歩行
作品作りなどの創作活動
 - 水曜日 ・ ・ 作品作りなどの創作活動 中庭歩行
 - 木曜日 ・ ・ 作品作りなどの創作活動 中庭歩行
 - 金曜日 ・ ・ 園外歩行・作品作りなど稼働日通じて一部リハビリ班合同で活動を行っています。中庭歩行やストレッチ等

～活動風景～



個々それぞれが好きな作品作りを行っています



集中して取り組んでいます

中庭歩行や園外歩行の様子



スピリットアート展 (表彰式に参加)



作品紹介





- 主な活動内容としては、室内では、貼り絵、塗り絵、絵、ビーズ通し、リハビリ班合同でのストレッチなどを行ってきました。また、中庭歩行やドライブを兼ねての園外歩行を行っております。活動に参加することで情緒の安定や意欲の向上、体力維持等に努める事が出来ました。
- 今年度は昨年実施できなかったスピリットアート展への出展を無事に終えることが出来ました。共同作品含め 10 作品応募し 5 作品が入選を果たしました。またスピリットアート展や土佐市民等に参加することで人とのふれあいや交流による喜びを得られる事ができました。令和 8 年度もスピリットアート展や土佐市民展などに向けての作品作りや筋力低下防止の為、ストレッチや園外歩行等を行っていきます。

令和7年度 農耕活動

農耕作業では季節に応じた野菜を育て収穫し、園内にて販売、収穫が多い時は市役所や信用金庫等への出張販売を行っています。また、収穫したサツマイモは恒例行事の焼き芋会にて使用しました。園前の花壇についても、できるだけ利用者ととも整備をしています。

生産、収穫した野菜 … ジャがいも 玉ネギ さつまいも ミニトマト オクラ
ピーマン ブロッコリー ナス 等

【畑の様子】



じゃがいも



トマト



なす ピーマンなど



レッドオニオン

利用者の高齢化、作業能力の低下にともない一緒に作業することが難しくなっています。昨年同様に利用者に関わった作業内容は「じゃがいも」の収穫と「サツマイモ」の収穫、花壇の花植えという状況となっています。