

デイサービス暖団西大路店 御利用者様



高岸 竹治 様

大正12年10月11日生まれ(90歳)

※2014年6月現在

いつも御利用時間ぎりぎりまでトレーニングをされている高岸様は、体力の維持・向上、いつまでも人の手を借りず生活していきたいという事を目標にされています。元気一杯の高岸様は、現在も御利用日以外の日には、御自分で近くのイオンモールまで、自転車で買い物に行かれています。当所を御利用されてからは、室内歩行数も増し、運動をしている時の方が、身体の調子が良いと仰っておられます。当所のトレーニングにおいても、エアロバイク実施時間はなんと20分！御利用者の模範となって、トレーニングに取り組まれています。

トレーニング中の御様子



デイサービス暖団草津店 御利用者様



佐藤 志ず 様

大正10年7月23日生まれ(93歳)

※2014年6月現在

平成24年10月より週2回で当所を御利用いただいている佐藤様は、当所のマシントレーニングにおいて万遍なく取り組まれ、個別プログラムを実施されています。

当所でトレーニングを行うようになってから、ご自宅でも自主的に体操に取り組むようになったとの事です。

下記、右図のニューステップ(全身運動)がお気に入りのトレーニングです。御家族様が付き添いで屋外を歩行器で散歩される事もあるそうですが、目標は、1人で歩行器を使用して散歩できるようになりたい！

運動に励まれているお姿、他御利用者様との談笑など、心身共にお元気な御様子を見ていると、スタッフである私達が励まされる思いで一杯です。

トレーニング中の御様子



デイサービス暖団一乗寺店 御利用者様



山元 はる 様

大正2年11月28日生まれ(100歳)

※2014年6月現在

いつも元気いっぱいの山元様は、「休まずに暖団に来る事」、
「一人でしっかり歩いて、転倒なく過ごす事」を目標に、
週に1回御利用されています。

食欲旺盛の山元様は、なんと吉野家の牛丼が大好き！
娘様家族に連れて行ってもらうのが楽しみの一つだそうです。
いつかはバスに乗って一人でも食べに行けるようになりたいと
意気込んでおられます。

山元様が一番気に入って取り組まれている運動は、
エアロバイクです。

下肢を鍛える運動に丁度いい！と、欠かさず実施されています。
当所御利用日以外にも、1000歩を目標に歩行練習されています。

トレーニング中の御様子

