

# 谷中農園



たくさんの野菜がほぼ一年を通して収穫出来ます。種まき・苗の植え付け・草むしりなどで土の香りを感じ、触れることの出来る都会？の《オアシス》となっています。収穫した新鮮な野菜は皆さんで《調理》して昼食やおやつに食べたりお持ち帰り頂く楽しみも待っています！

時には農園作業中に中学生が声をかけてくれたり一緒に作業してくれたり《ふれあいの場》となっています。

## 入浴



### 歩行浴

安全第一！出来る事はご自分でして頂き、機能の維持を。ゆっくり湯船でいい湯だなあ～♪



### 足浴

入浴のない方には足湯でマッサージ

# 谷中センター

・家庭的な雰囲気の中で「その人の今できる力」を引き出しそれぞれの思いに寄り添ってのんびりと活動をしていきます。  
・日々の活動や季節毎の行事活動を通して中学生や地域との交流を図ります。

## 家庭的な活動室



中に入ると中学校の中にある施設とは思えない空間が広がります！  
陽射しがさし込む明るいキッチン。  
広いダイニングテーブル。  
冷蔵庫にIHクッキング・・・



食後はゆったりくつろげる居間へ。昔話に花が咲きます。ソファでゆっくりの方もいれば家事活動の一環でお仲間と食器洗いや食器拭きをする方、入浴用タオルを干して下さったりと、皆さん思い思いに過ごされています。



冬はコタツでのんびりと。

## リハビリ



理学療法士の先生がご自宅の生活環境やご本人の能力に応じた個別のリハビリメニューを作成し筋力維持しています。



## 《一日の流れ》

(プログラム例)

- 10:00 到着  
お茶  
血圧・検温測定  
トイレ誘導  
家事活動（お米とぎ  
タオルたたみ・調理）  
入浴・足浴  
手作業
- 11:45 口腔体操  
（早口言葉・嚥下体操）
- 12:00 昼食準備  
「ゆうあいらんど さの」から届く副菜を職員と一緒に、個々の器に盛り付けします。
- 12:15 食事開始
- 12:45 口腔ケア  
食器洗い・片付け  
タオル干し 休息  
トイレ誘導
- 13:15 外気浴（近隣の散歩など）  
農園作業・近隣散歩・外出活動  
手作業（縫い物・季節の飾りつけ）  
入浴  
トイレ誘導  
調理（収穫野菜）
- 15:10 おやつ
- 15:30 5h～7h 帰宅準備
- 15:45 トイレ誘導
- 7h～8h 滞在利用者  
散歩 買い物 手作業  
家事活動・休息  
中学生との交流 など
- 17:25 7h～8h 帰宅準備
- 17:35 トイレ誘導

