

たんぽぽ通信

3月号



発行日：令和7年2月25日
 発行者：管理者 濱田 和之
 発行元：ワークプラザ・たんぽぽ
 住 所：〒761-8081 高松市成合町 1491-1
 T E L：087-815-7770 FAX：087-815-7771
 E-mail：tanpopo.1@eos.ocn.ne.jp
 H P：http://tanpopo1.com/index.html

3月は、昔から「弥生（やよい）」と呼ばれ、寒さが和らぎ草や木が芽吹き、春の訪れを実感する時期です。

たんぽぽでは、利用者さんの気力や体力の高まりを目的として、先月からウォーキングを活動に取り入れています。立つ姿勢がしっかりとしたように見えたり、立ち上がる速さが速くなったように見えたり、春の訪れに向けて元気になっているように感じられます。

今月号は、ウォーキングや調理実習、アートリンクでのお神輿づくりの様子について掲載します。

先月の掲示コーナー



日	曜	行 事
1	土	
2	日	
3	月	機能訓練①PM
4	火	
5	水	うどん（営業）
6	木	アートリンク／誕生会
7	金	アートリンク見学
8	土	
9	日	
10	月	入所式／レク体操①PM
11	火	
12	水	うどん（営業）
13	木	出前スポーツ PM
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	機能訓練②PM
18	火	
19	水	うどん（営業）
20	木	春分の日
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	ヒューマンネット実習／レク体操②PM
25	火	
26	水	うどん（営業）
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	



<アートリンクの紹介>

分解された各パーツを各グループが別々に制作し、それを最後に合体させて一個のお神輿を完成させました。



<ウォーキングの紹介>

作業室と廊下を利用して一周30mのコースを設定しています。

そのコースを5分間歩き続けます。それを一日に2～3回行います。

利用者全員が回った周回数を距離に直し、その距離を四国八十八か所の地図の中に進行状況として表現しています。

ペースの速い人は、5分間に18周も歩きます。ペースはそれぞれですが、自分のペースで歩き続けることを大切に考えています。そして、できれば、みんなで歩いた距離が、四国八十八か所の距離になるまで歩き続けたいと考えています。

2月3日から始めたウォーキングですが、もう既に、足腰がしっかりとし始めた方や歩く姿勢がしっかりとしてきた方が出始めています。これを完遂した時の各利用者さんたちの成長が楽しみです。



<調理実習の紹介>

食パンの生地の上にチョコレートやカラフルなトッピングを自分の好みにふりかけ、自分だけのケーキを作りました。



ご寄付ありがとうございます！

☆薩摩芋・タオル等 …… 高橋さん

🌸 3月の誕生日おめでとう 🌸