

ふれあ姫島News

2025

11

機能訓練と美容特化の3時間制のデイサービスです。デイサービスの無料体験、随時実施中!



おしゃれを楽しんで、外出意欲アップ♪

外出がしやすくなり、秋の空気を感じる季節になりました。

10月のふれあ姫島では、「プレミアムセラピー」で「メイク」を選ばれる方も多くなりました。

実は、**メイクをする人のほうが自立度が高く元気**というデータもあるほど、メイクは“元気のバロメーター”といわれています。メイクをすると「誰かに見せたい」「どこかへ出かけたい」という気持ちが自然と生まれ、**外出機会が増える**きっかけにもなります。しかし年齢を重ねると、「手が動かしづらい」「何をすればいいかわからない」といった理由から、ご自身でのメイクを諦めてしまう方も少なくありません。

ふれあ姫島では、毎月のプレミアムセラピーで一人一人に合わせたサポートを行い、安心してメイクを楽しんでいただいています。

メイク後は、**まわりの方に「きれい!」「若返ったね」と褒められ、照れながらも嬉しそうに笑顔**を見せてくださる姿が印象的でした。自然と会話が広がり、コミュニケーションの輪も生まれています。

「見て～!べっぴんになった!夕方から整骨院やから見せるわ!」と外出を楽しみにされる方も多く、美容を通して心の活性化や外出意欲の向上につながっています★



リップを塗る、眉を描く、ファンデーションをのせてみる——

ほんの少しのメイクでもお顔がぱっと明るくなります。何か1つでも取り入れてみてください★



口腔体操の様子



脳トレとマシン運動の様子



トランポリン型の平行棒の様子



運動も本格的★自信を持って外出のできる身体に

ふれあ姫島では、3ヵ月ごとに機能評価を行っており、10月に評価を受けられた方の多くが、TUGや握力、筋力がアップしています。3ヵ月前と比べて外出機会が増え「**楽しいことが増えた！**」と笑顔で話される方もいらっしゃいました。利用当初と比べて「**腰の痛みがマシになって動きやすくなったよ！**」と教えて下さった方は、下肢筋力の向上により、TUG・5回立ち上がりともに速度が上がっています。

「**姿勢が良くなってきた**」「**足がしっかりしてきた**」と実感される方も増加中です。1年間継続して通ってくださっている方からは「前に比べたら**本当に足が太くなってしっかりしたよ！**ありがとうございます！」という嬉しいお言葉もいただきました。他にも「こんないいところ、みんな知らないなんてもったいない！」「3ヵ月でこんなに変わるのに、1年通ったらどうなるんだろう！」といった前向きな声も聞かれています。



ハロウィンは可愛いオブジェを作りました



11月の美容レクのスケジュール

機能訓練・美容特化型デイサロン

ふれあ姫島

所在地：〒555-0033大阪府大阪市西淀川区姫島

3丁目13-43グレイスケヤムラ1階

電話番号：06-6195-3346

営業時間：8:30 - 17:30 ※土・日・お盆期間・年末年始はお休み

Follow Me

最新情報は
インスタをチェック♪

