

# 夢～DREAM～

Vol.2  
2018年4月

お客様一人一人の元気広場への思い、そして、ご自分の「目標」を達成した喜びの声をまとめてみました。お客様の「目標」、かなえたい「夢」に向けて、私たちは常にお客様に寄り添い、共に歩んでいきます。



**ここは**、とっても広いから、私は体力づくりのために毎日黙々と施設内を歩いていたの。

30周歩いた時に、表彰状をもらった事が本当に**嬉**

**しく**て、毎回**10周以上**を目標に続けているのよ。もらった表彰状は家に飾ってあるよ。

右手が拳がりにくい、使いにくいという悩みがあったけど、階段を上りきった所にタッチする目印を付けてくれてあるから、毎回こうしてハイタッチ！

他の人とも**楽しんで**歩いています。

今度は、料理にチャレンジ！味噌汁できるかな…今年はいろいろやってみようと思っているよ。

-----  
元気広場春日に通われる S 様 要支援2

## 元気広場のおかげです！

運動をして、体力と自信がついたので、私は元気広場

を**卒業**しました。今度は元気広場に**恩を返**

**したい**という想いが強くなり、今、ボランティア

としてお客さんをサポートする側で頑張っています。今までお世話になった分、自分で何が出来るかを考えてこれからも皆さんをサポートしていきたいです。

-----  
元気広場城西に通われている I 様

事業対象者から自立に。今ではお客様をボランティアとしてサポートしています。



# 🎀 夢～DREAM～



今まで、私はしょっちゅう転んでいたんだよね。  
でも、元気広場で多種多様な運動を行い、転ぶ回数が減ってきて助かっているよ。

運動も**楽しく**やっているしね。

家では話す人がいないけど、ここに来ればいろんな人と話せて、**いい気晴らし**になっているんだよね。

家から出ることは大切だよ。

たまに怠けることもあるけど…（笑）

-----  
元気広場城西に通われる M 様は要介護 1 が要支援 2 に改善されました。

「**とにかく**、元気広場に通いたい」

と思っています。

私は、慢性関節リウマチで、全身が思うように動かず、皆の手を借りなければ生活できない状態です。

「自分は何か役に立つ存在なのか…」

自問自答を繰り返しながらも、

自分の事はできる限り**自分で行うこと**

を目標に前向きに通い続けております。

-----  
元気広場藤枝に通われる I 様 要支援 2



## 🎀 夢～DREAM～



**家では**全く運動をしないからな～。

ここなら季節や天気に関係なく運動できるから本当に助かっているよ。元気広場に週 2 回通っているおかげで、今までは行けなかった**買い物にも**

**行ける**ようになったよ。買い物への行き帰り、1 時間位は休みなしで歩けるようになったかな。体力もついて、継続は大事なことだって実感しているよ。

それに、ここには仲間や先輩がたくさん居るからな。

みんなに負けないように、身体を動かして、**元気に長生き**するつもりだよ。

-----  
元気広場城西に通われる Y 様 要支援 2

**はじめは**、こうした場所（デイサービス）に行くのは、正直気乗りしていなかったかな。妻からは「動け動け」と言われていたけど…。今は体も慣れて、暇さえあれば室内を歩くことが習慣になってきているね。

家でやる運動も**理学療法士**の先生が作ってくれて、宿題を出されて困っちゃうよ…（笑）  
継続は力なり！！

この調子で、昔みたいに**ブラブラ散歩**をしたり、図書館まで歩いて行ったりして、好きな本を読みたいな。

-----  
元気広場春日に通われる N 様 要介護 2





## 夢～DREAM～



「あ～、重たい！これが一番大変なんだよね。でも、足に力をつけないとね。」娘も本当に心配してくれているから、**散歩や買い物**に行く為にも頑張らなくちゃ。ここでは、爪切りの道具の指導もしてくれて、少しでも家でできる事が増えてきていて、**嬉しく**思っています。毎週みんなと会えるのを楽しみに通っています。

-----  
元気広場春日に通われる T 様 要介護 2

**自宅**ではできない運動を、元気広場では伸び伸びリハビリができるからいいですよ。自宅にいと、運動しようと思ってもなかなかできないけれど、皆といれば、1周 50m の歩行コースを、毎回 **20 周**も歩いていますよ。

これからも**買い物**（運動ショッピング）が継続できるように頑張ります。

-----  
元気広場城西に通われる S 様 要支援 2 から要支援 1 に改善しました。



お客様窓口 株式会社 元気広場

静岡市葵区御幸町 11-30 エネワールド 静岡ビル 14 階  0800-888-1685 長辺