

夢～DREAM～

Vol.1
2018年3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。

M様 要介護 1

うまく 声が出ない、うまくしゃべれないことが私にとってストレスでした。

「元気広場」に通って、言語のトレーニングをして、だいぶ声が出せるようになり、周りの方々やスタッフとおしゃべりできるようになりました。

メールでのやりとりばかりでしたが、今では電話でお話できるようになり、楽しみが増えました。



T様 要介護 1

元気広場のスタッフは本当によく声をかけてくれるから、来るのが楽しみだよ。いつも朝になると「今日は何時のお迎え？」とついつい電話してしまうんだよね～。施設が広いから歩く練習も1kmを目標に頑張っているよ！目標達成ごとに、もらう表彰状もあつという間にもう3枚。

これからも楽しみながら、運動を頑張って、週1回来る娘に自分が元気な姿を見せて、喜んでもらいたいと思っているよ。やりがいがあるよ。これからもよろしくたのむね。

🎀 夢～DREAM～

S様 要支援 2

いつも、いろいろな運動をさせてもらって飽きずに楽しく来られるよ！

転倒予防の元気ステップも最初は不安だったけど、手を引いてもらい、スタッフと一緒に続けていたら不安が減って出来る自信が少しずつついてきたんだよね～。今は杖を付かないで歩くことも平気な感じ！

でも、ここで教わった事を家に帰ってから心掛けていかなきゃね。転んでけがしない様に、そして、みんなとおしゃべりしながらずっと元気に暮らし続けたいよ！

面倒かけるけど、これからもくるからね（笑）。



Y様 要支援 2

わたしは、杖でなんとか歩けるけどフラフラするから、いつも転ばないように気をつけているんです。ここに来るといろんな年代の方とお話できて、勉強になることも多いですょ～。

やりたかった運動がそろっているから頑張り甲斐がありますね。

おかげで、近所のスーパーまで頑張って歩いていけます。また、バス旅行に行けるように、歩く練習や階段の上り下りも続けなくちゃ！

目標があるっていいですね。



夢～DREAM～

K様 要支援 2

「**健康**に老いる」これは誰もが願う大きな目標である。しかしその目標に向かって何をどう実践していくかとなるとなかなか難しい。そんな時、出会ったのが元気広場である。ここは同じ目標に向かって努力している人たちでいっぱいである。多くの人と出会い多くの人達と話し合い、それが新しい発見につながることもある。私を一步一步前進させてくれる。また運動器具がたくさんあることも楽しみの一つであり、今日も元気広場に行って頑張ろうという気持ちにもつながる。

ここにきて元気一杯大きな声を出すことができるようになった自分に改めて驚きを感じている。
元気広場を知ることができて本当によかった。



T様 要介護 1

名前がいいよね。なんたって『元気広場』だもん！

運動をすると疲れてしまうこともあるけれど、でも、身体のことを言っても仕方がないから、「頑張らなきゃ」と思って頑張っています。

毎日の積み重ねが、次に繋がっていくと思うので。それに「休もうかと思ったけれど、頑張ってきたよ」と言う人に、「来てよかったね。会えてよかったね」というと、みんな笑顔になるの。

笑顔は、やっぱり大事。

いつも「元気広場」から元気をもらっています。

「**自分**の足で歩けるようになりたい」「もっと楽に歩けるようになりたい」。

退院以来、そう思いながら「これが限界。これ以上はできない」と言われながら受けていた他施設でのリハビリ。だけど、「元気広場」は違いました。機能訓練指導員の「できます！」の言葉を信じ、利用を開始しました。

自分より年上の方や、同じような病気の方が、元気いっぱい運動している「元気広場」。

誰かと情報交換をしたり、一緒に励まし合ったりしながら「目標」に向けて頑張れるところです。



お客様窓口 株式会社 元気広場

静岡市葵区御幸町 11-30 エキセルワート 静岡ビル 14 階  0800-888-1685 長辺

