

“歩く”が
もたらす、
こんな
いいこと

日常生活で習慣化させやすい
“歩く”は、効果いろいろ。

気分スッキリ



歩いて体を動かすと、運動をつかさどる交感神経が働き、休息をつかさどる副交感神経もバランスをとろうと活発に働きます。それにより自律神経が整いストレスが解消され、気分がスッキリ。

歩くことは、他にも健康に有効ですよ。
秋は運動に適している季節です。皆さんしっかり歩いてみませんか！！

オーシャンビュー 鷺羽 奥田さおり

～看護部会とは～

職員の資質向上を目指して
介護の現場で必要となる医療知識や技術を身につけることで職員の意欲や能力の向上を図るために立ち上げました。

また、ご利用者様の多くはベースに疾患を抱えています。命を預かる職場でもあります。

医療面のサポートをしっかりと行い、ご利用者様、ご家族様が安心してご利用いただけるよう体制を整えていきたいと思ひます。



空手道部ニュース

8月は猛暑が厳しい中、それ以上に熱い戦いが全国各地で繰り広げられました。
亀龍会空手道部・亀龍園空手道教室からも県代表として戦ってきました！

【全国少年少女空手道選手権大会】

水杉 レン	小学1年生	組手	2回戦	渡邊 騰心	小学2年生	組手	3回戦
大森 湊斗	小学3年生	組手	1回戦	清水 奏佑	小学3年生	形	1回戦
安野 光	小学3年生	形	1回戦	甲元 優羽	小学6年生	形	3回戦

【全日本体重別空手道選手権大会】

谷口 暁理 近畿代表 -75 kg 組手 (2勝1敗 グループ3位) 予選敗退

【和道会全国空手道選手権大会】

舟田 葵 成年男子 形 ベスト16

【糸東流全国空手道選手権大会】

米山 悠介 成年男子 形 第3位
市本 寛 無差別級 組手 第5位

【近畿地区空手道選手権大会】

谷口 暁理 和歌山県代表 組手中量級

9月15日(日)には、全日本実業団空手道選手権大会が開催されます。空手道部の目標である日本一を目指して部員一同頑張ってまいりますので、応援宜しくお願い致します。

男子団体組手(水杉、宮本、中村、市本、谷口、金本、矢吹)

男子個人形 米山悠介、舟田葵、船越大輔

男子個人組手 矢吹行生

女子個人形 大内美里沙

亀龍会空手道部 主将 水杉 優太

特別養護老人ホームくらしき

空手道形演武



未来のスーパースター

8月の誕生日会では、亀龍園空手道教室による形演武と盆踊りを皆様で行いました♪
形演武では、小さな体から繰り出される力強い演武に入居者の皆様も驚かされていました！

8月誕生日会 ケアハウス倉敷

空手エクササイズ



ケアハウス倉敷では月曜日と木曜日空手エクササイズを行っております。毎回たくさんの入居者が参加して大盛況です。ナショナルチームに所属している指導者のトレーニングを受けることで筋力と可動域がアップしています。100歳までケアハウス倉敷で生活できることを目指してがんばっています。

8月17日(土)にケアハウス倉敷の誕生日会が行われました。誕生日者3名のお祝いをしておもちつきをした後は亀龍園空手道少年部の演武が行われました。息をのむように緊張感のある会場で迫力のある演武を堪能することができました。終わった後は割れんばかりの歓声があがりました。少年部の皆さんの演武に力を貰うことができたので今年の暑い夏を乗り切ることができそうです。



オーシャンビュー倉敷



誕生日会♪

今月の誕生日会は亀龍園空手道教室の生徒さんに来て頂き、演武を披露して頂きました。皆の元気な掛け声に入居者様も元気をもらう事が出来ました♪
後半は職員のパルーンアートの技を見ながらピアガーデンを楽しんで頂きました♪



夏祭り♪

夏祭りのイベントを2日間にわたって楽しんで頂きました！色々なコーナーがあり皆さまのとっても楽しそうな笑い声があちこちから聞こえてきました♪



オーシャンビュー鷺羽・デイサービス鷺羽

誕生日会

今月の誕生日会には亀龍会空手道少年部の皆さまにお越しいただきました。体はまだまだ成長真っ盛りですが、演武は力強くご利用者さまからも『おおー！』と歓声があがっていました。誕生日会恒例の餅つきも手伝っていただきました。いつもより更に美味しく出来ていました！帰る前にはご利用者様と握手をして下さいましたが、皆様の目には涙が。とても嬉しかったというお声が多数ございました。本当にありがとうございました。



ちょっと一息



SNSで話題の紙コップキャッチを作ってみました。最大4人まで遊ぶことが可能です。お互いの息を合わせるのがとても楽しいレクでした♪



亀龍園空手道少年部



の選手の皆さんが
演武を披露しに来てくださいました

・・・選手紹介・・・



安野 光選手



鷺野 叶空選手



辻 奏馬選手



辻 琴音選手



米澤 心選手



米澤 花選手



岡田 耀士選手



岡田 紗奈選手



妹尾 曖葵選手



妹尾 一葵選手



山下 悠斗選手



甲元 優羽選手



前場 仁一朗選手



清水 奏佑選手



清水 瑛太選手



渡邊 貴恵選手

以上16名の選手の皆さんに演武を披露していただきました。それぞれの持ち味を生かした切れのある演武は、利用者様やスタッフに大きな感動を与えてくれました。

当ページより前のページに各事業所での演武の様子や集合写真など掲載しておりますので、ぜひ併せてご覧になってください。

地域密着型特別養護老人ホームくらしき里桜



8月の誕生日会は、亀龍園空手道少年部の皆さんにお越しいただきました。実力のある選手たちですが、可愛らしさもある姿に皆さん表情も和らいでいました。最後に握手をしながら交流を交わし、若いパワーを注入してもらいました！

おまつり



満100歳を迎えられた竹下一子様の百寿のお祝いをしました。これからもお元気で。おめでとうございます！！

夏まつりをしました。なるべく利用者様全員に参加していただけるよう、職員で考えて企画しました。沢山の皆さんに参加していただけて良かったです。

グループホーム亀山

亀龍園空手少年部



<夏祭り>

祭りの定番、金魚すくいや輪投げを楽しまれた後は、ご自身で作ったソフトクリームで舌鼓を打ち、夏の思い出の1ページになりました。

<作品作り>

9月の作品作りを頑張ってくださいました



<誕生日会>

空手の少年部の皆様は迫力のある演舞を披露してくださいました。可愛らしさの中に迫力があり利用者の皆さんも元気と活力をもらえました！

デイサービス 倉敷

誕生日会

空手道演武



ギターソロ演奏

今月の演芸は”あざみの会”様が誕生日のお祝いに演奏してくださいました！

美空ひばりの曲を美しい歌声と演奏で皆さんとても喜ばれていました！



亀龍園空手道少年部から8名の選手がDS倉敷に演武に来てくれました！

日々上達していく選手たちの鋭く力強い技で会場は大盛り上がり！

グループホーム倉敷

もうすぐ【秋】ですね
～(習字クラブ)～



今年もスイカ割りをしました。「頑張れー」と声掛け合って真剣そのものでした。おやつクラブではかき氷を頂きました！暑い夏も吹き飛ばんでしょうか(笑)

今月のお食事は『吉野家の牛丼』!!お肉てんこ盛りでしたが、皆さん完食。

～今月の傑作作品～
素敵なお花火が打ち上がりました。

デイサービス亀山

夏祭り



デイサービス亀山にて夏祭りを開催しました♪
金魚すくいゲームに輪投げ!!
皆さん金魚すくいに必死で、金魚をたくさんすくってましたね
輪投げも高得点目指して大盛り上がりでしたね。

最後には皆さんで美味しくソフトクリームとたこ焼きを食べました♪
「こんなにたくさん！」と言いながらも皆さん完食でしたね♪

