

# お知らせ

## キャスト紹介



しばらく職を離れておりましたが、12月より復帰いたしました、看護師の山外桂子（やまそと けいこ）です。ゲストの皆様、キャストの方々に温かく迎えてくださり本当に感謝しております。職を離れている間、ある事から人に寄りそう事の難しさを痛感し、今までの看護を振り返っておりました。自己満足や押しつけになっていなかったらどうかと・・・そんな思いを活かし、これからゲストの人生に、そっと華を添えるような看護を目指していきたいと考えています。これからも新生 山外をどうぞよろしくお願いたします。

## 「スタッフブログ」

リレー形式で毎週更新中！！

フリーステーションのホームページのスタッフブログをキャスト全員でのリレー形式で毎週更新しております。是非、ご覧ください！！



ここをクリック！！

フリーステーションホームページ <http://www.free-st.jp/>

でございまして、ご自宅までご連絡ください。ご希望の方は、お電話かメールにてご連絡ください。お待ちしております。

編集後記

発行



発行：(株)フリーステーション

池田市新町3-12

電話072-750-6255

お気づきの点がございましたらご意見をお聞かせください。



FREE STATION  
株式会社フリーステーション

# フリーステーション通信

H25年1月10日発行

第10号



## 募集

看護師さん

理学療法士

さん

募集中！

詳しくはホームページをご覧ください！

フリーステーション池田

検索

明けましておめでとうございます。  
2013年は己年です。  
「漢音 律曆志」には草木の生長の  
極限に達して次の生命が作り始める時期と  
言われているそうです。  
フリーステーションも今年はいよいよ新しいアイデアと  
びんびん生み出す年にします！！  
皆様、どうぞ楽しみにして下さい。  
本年もよろしくお願い申し上げます。

株式会社フリーステーション  
代表取締役 小宮 ヌッコ



昨年12月私のバースデーをキャストが  
お祝いしてくれました。“幸せに感謝”



# メッセージ/ニュース



## ～いつでも“夢”を～

ゲストの皆様これから「夢」をボードに書いていただいたものを、デイサービス玄関に置いてます。ゲストの「夢」に混じって、キャストの「夢」もあります。とても素敵な夢を皆様お持ちです。ご覧になりたい方は是非、デイサービスまでお越しください。



## ゲスト作品のご紹介

デイサービスでリハビリもこなし、さらにご自身の趣味も継続されているゲストがいらっしゃいます。



今回ご紹介する作品は、お花紙を手のひらでパチンコ玉ほどの大きさに丸め、一つひとつ下絵に合わせて貼ることで出来た作品です。



1作品に約1か月を費やして出来た作品の一部をご紹介します。



作品名  
「ふくろう」

作品名  
「パンジー」

# 特集

## デイサービス 体カテスト週間

デイサービスでは、定期的に「体カテスト」を実施しております。

- ①静的バランス ②動的バランス ③立ち上がり
- ④5m歩行 ⑤持久力 ⑥握力

の6種目を定期的に実施し、前回と比較し、日頃のリハビリの効果を検証してまいります。



静的バランス  
片足立ちで何秒立っているか



動的バランス  
立ったまま上体をどこまで前に伸ばせるか



持久力チェック  
5分間でこいだ距離と、消費カロリーをチェック

## デイサービス 園芸倶楽部



デイサービス玄関先の花壇をゲストの皆様で植え付け、植え替えして頂いております。皆様、色のバランスを話し合いながら、素敵な玄関の演出に一役買っていて頂いております。

## エレクトーンが来ました



素敵なエレクトーンが来ました。多彩な音色で皆様に音楽の素晴らしさをお届けしていきます。ゲストの方も上手な方たくさんいらっしゃいます。