

発行元：アクアメイト稲城 第3号 2016年1月
住所：東京都稲城市向陽台6-8 TEL：042-370-0580

ブログ始めました！

イベント情報やサークルの様子、アクアの様子を随時更新していきます。
ご家族の方もぜひご覧下さい。
アクアメイトの様子が分かると思いますよ！(^^)

アクアメイト稲城のホームページの上にアクアのブログがあります！

サークル情報

・水曜

スケッチ



書道



・木曜

スケッチ



メンバー
募集中です

新しいサークルが
立ち上がりました！

新年の挨拶

さて、本年はアクアメイト稲城開設十周年にあたります。皆様を元気にするという目標を達成するため運動面だけではなく、趣味、娯楽、おしゃべり、シヨッピングといった日常生活を楽しく送れるように、ワクワク・出来るような場面を多く作ってゆきたいと考えております。

至らない点は多々あるかと思いますが、皆様方のご支援、ご協力を宜しくお願い申し上げます。

あけましておめでとございます。早いもので私が着任し早一年が過ぎようとしております。昨年は楽しい事、成功や失敗などいろいろありましたが全てひっくるめて大変充実した年でした。これもひとえに皆様方のご支援のおかげと感謝しております。

趣味は
家庭菜園です



所長
稲垣 克祐



利用者さんの声

～アクアメイトへの想いを綴って～

「アクアメイトと私」

「脊柱管狭窄症」要支援1の認定で週1回「アクアメイト」に通所して3年余月になります。当時の私は伴侶の突然の闘病と別れに落胆し、数度腰にブロック注射をうつ最悪な状態でした。談笑している人の輪を避け「悲しみは時が癒してくれますよ。元気出してー」の励ましも合点がいかず無気力でした。

そんなある日「いつもお一人だけど、コーヒー飲みに行らっしゃい！」と初対面の「婦人」声をかけられました。拝見したところ私より厳しい身体状態を笑顔でさらりと話し立ち去られました。

その行動は「本人の前向きな日頃のお考えと当時の所長さんの配慮があったと後で知りました。何気ない心遣いに、頑な気持ちの何かが変わり、「こゝで頑張ろう」と決めました。

アクアいち押しプールでのリハビリ・ボール、セラバンドを使っている「こゝ」体操、三ヶ月毎の体力測定など意欲的に取り組みました。

お陰で食堂で美味しい屋食を頂き、「あなたと」が悪いの？」と聴かれる程元氣になりました。利用者の最高齢は男女共に九十代。しかも凍とされて、おしやれで驚きです。笑い、お喋りする事でたくさんの方の人生の先輩から学ぶことばかりです。

「心・体・元氣」を目標に「これから」も努力したいと思っております。今後共よろしくお願い致します。

塩倉 基枝



●塩倉さん（右）
仲のいいご友人と
クリスマスツリー
前にて

「アクアメイトと私」

2006年6月開所のアクアメイトに待ち兼ねていた私は入所した。温水プールでの歩行訓練と体操と聞いていたのでスポーツクラブのような所を想像していたが少々違和感を覚えたがデイサービスというのだと知った。利用者にも職員の方々にも新しい所で新しい事を始める期待が溢れていたように思い出す。

誰にもそれなりの病苦があったはずだが出会った朝には笑顔で挨拶、励ましあつた。所長も何代目かの頃には定着し前向きな心地良い空気が流れた。そして今もスマートに工夫が重ねられている。

プールが第一であるが季節ごとの行事も楽しい。利用者・職員による自由で意欲的な発表やすこぶる見事な職員二人のダンスの披露など胸のすくような満足でいっぱいになる。デッキでの屋食、しやれたサロンなど思い返せば随分変化してきた。

同病相憐れむということかみんなが仲良く親切でうれしい。三ヶ月毎に行われて来た体力測定の結果を見ると年齢を経て体力が落ちていて不思議はないのに記録は僅かずつでも良くなっている。身体を動かす事がこの年齢になって楽しい。これからもどうぞ宜しくお願い致します。ますますの発展を祈ります。

小野 由紀子



●小野さん（右）
仲のいいご友人と
コーヒーコーナーにて

定期的にホームページ、ブログを更新しています！
御家族と一緒に覗いてみて下さい。



アクアメイト稲城

検索