



2026年
7月発行

Vol.25

介護科：太陽フロア

【記事タイトル】人気のイベント、運動会を開催しました

体を動かしながら楽しめる人気イベント！

デンマークイン新宿では、

初夏の運動会を開催しました。

ご利用者様代表の選手宣誓で始まります。

最初の競技は、定番の『玉入れ』

童心にかえて、カゴを狙って玉を投げ入れていました。真剣勝負で狙いを定める方もいれば、玉を隠し持っていたことで引き分けになってしまうなど...思わぬハプニングで大いに盛り上がり。

続いては、『風船バレー』

ふわふわと舞う風船。皆さん、夢中になって本当に楽しそうで、思うように返せなくてもチームで協力しながら長いラリーを楽しみました。

閉会後にはおやつを囲んでご利用者様同士の交流が深まり、広い会場にぎやかな時間を楽しまれておりました。「楽しかった」「久しぶりに頑張った」など喜びの声が多く聞かれ、大変好評なイベントとなりました。

施設では今後もご利用者様に楽しんで頂ける行事を企画していく予定です。



デンマークイン新宿
ホームページ

れん
連くん



研精会ch
YouTube



研精会グループ
Facebook



けい
繋ちゃん

【記事タイトル】園芸の効果

季節の移り変わりは早いもので初夏を迎える気候となりましたが皆さん体調はいかがでしょう。気候が暖くなると植物も活気が出てきます。そこで、今回はデンマークイン新宿で行っている園芸の効果についてご紹介します。デンマークイン新宿の屋上では、リハビリテーション科が中心となり野菜を育てています。野菜を育てる事（以下、園芸療法）は病院や介護施設などで多く取り入れられています。リハビリテーションの視点で園芸を観察してみると様々な効果がある事がわかります。まず土に苗を植える動作や、水をやる動作で立ったり座ったり足の力を鍛える事が出来ます。

また、後ろに倒れたりしないように動作の中でバランスを保つ練習にもなります。水やりの為に腕を伸ばす動作は体幹をしっかり保つことが必要となり体幹のトレーニングにもなります。

筋力やバランスだけではありません。

皆で一つの作業をやり続けることで集中力を養う事ができます。

また、作業を行っている中で

「昔、野菜を育てていた時はね・・・」と

経験談をお話してくださったり、一緒に育てた野菜の香りをかいだりと利用者様同士の交流にもつながります。もちろん、自分が世話をした野菜の収穫は喜びに繋がり精神的な安定を図る事ができ、精神面のリハビリも行いうことが出来ます。日常行っている動作は、自然と身体機能や精神機能を維持するリハビリになります。その中でも園芸は植物の成長を楽しみに待ちながら、季節感を感じる事も出来ます。また、水やりなどを日課にすることで、生活リズムを整える

リハビリの1つとなっています。



Access



電車

牛込柳町駅

都営大江戸線 西口 約徒歩 1 分

バス

牛込柳町駅前
約徒歩 3 分

飯 62	小滝橋車庫前 ↔ 都営飯田橋駅前
橋 63	小滝橋車庫前 ↔ 新橋駅
白 61	練馬車庫前・練馬駅 ↔ 新宿駅西口
宿 74	新宿駅西口 ↔ 東京女子医大前
早 81	早大正門 ↔ 渋谷駅東口 (循環)

若松町
約徒歩 4 分

※ 駐車場はございません。公共交通機関または最寄りのコインパーキングをご利用ください。

介護老人保健施設 デンマークイン新宿
〒162-0053 東京都新宿区原町二丁目43番地
TEL : 03-3341-3640 FAX : 03-3341-3650