

7月 赤塚園*通所通信



この笹に短冊をかけると“願い事が叶う”と、噂の笹飾りです!?



七夕★ランチ



目標応援シート

① 歩行訓練 3回〜5回

月	歩行距離 (km)	歩行回数 (回)
1月	4.500	20
2月	5.700	25
3月	6.000	28
4月	11.000	28
5月	12.000	30
6月	13.000	32
7月	5.100	25
合計	51.000	182

お疲れ様でした。体力アップ! 若返り効果目指してみんなで応援しています。

1月 4.500km 20回 / 11.000km 28回
2月 5.700km 25回 / 12.000km 30回
3月 6.000km 28回 / 13.000km 32回
4月 11.000km 28回 / 14.000km 35回
5月 12.000km 30回 / 15.000km 38回
6月 13.000km 32回 / 16.000km 40回
7月 5.100km 25回 / 17.000km 42回

自主トレーニングのため、廊下で歩行練習をされているT様。1~7月に歩いた距離は5.1km!! これからも、みんなで応援しています♪



ベランダ1階、日照時間が短いため、成長を心配しましたが、実りました! ピーマンは甘みがあり、美味しかったです♪