



# 木工・ウォーキングの取り組みを紹介



今年度はグループの作業療法として、**足台作り**と**屋外ウォーキング**を行いました。

## 足台作り



デイサービスで使用する足台を作成！  
作業を通して手指の運動や達成感につながりました。

手を動かす楽しさ



完成に思わず笑顔！



協力しながらの作業



## ウォーキング



有酸素運動として屋外ウォーキングを行いました！  
季節を感じながら歩くことで体力維持と気分転換につながる時間となりました。

季節を感じながら一歩ずつ

外の空気でリフレッシュ！



会話も弾む歩行練習

今後も生活につながる活動を通して  
楽しみながら機能維持・向上を支援していきます。