

海グループセラピスト部門 紹介

鈴木 PT



「楽しく体を動かしながら、『今日も来てよかった』と思っていただける時間を一緒につくっていききたいです！」

植松 OT



海に来て1年、横須賀にも馴染んできました。リハビリは頑張るより楽しむ！をモットーに、皆様の健康をサポートします！

寺口 OT



二児の父、子育て奮闘中。ふたりの娘のパワーにもまられてます。心身の健康の維持のため、無理なく運動を続けていきましょう！

関尾 PT



三春店 PT の関尾です！在籍期間はセラピストの中で最長ですが、これからも気持ちはいつまでも若く利用者様に満足いただけるよう努めていきます！

沢口 PT



2月から海に入社しまして、WEST にも週2回ほど勤務させていただいています。海での運動のことも自宅での自主トレーニングのこともアドバイスを必要とされた時はお気軽にお声がけください。

田代 OT



私もダイエット&運動、頑張ります！一人じゃ続かない運動も、一緒に楽しく継続し、「できた！」と一緒に増やしましょう！

とうやマン (当山 PT)



今年から UMI メンバーに加わったとうやマンです！みなさまの健康と笑顔を守るためにやってきました！パワー!!

添田 PT



「楽しく運動」をモットーに、笑顔と一緒に過ごしましょう！私の元気パワーを皆さんにお届けします！

上野 OT



散歩ができる生活が送れるように、暑い日も寒い日も海で運動続けていきましょう！！

梅沢 PT



皆様と楽しい時間が過ごせるよう、笑顔でがんばります！

UMI ニュース

発行：株式会社マハロ <https://www.maharo.co.jp>
編集室：〒239-0807 横須賀市根岸町 3-3-16 TEL：046-835-5814(代) FAX：046-835-5819

UMI ニュース 9月号
発行日：令和8年9月1日
発行責任者：谷本 聖己
編集者：谷本 聖己
記事提供者：UMI FIRST
記事提供者：UMI MIHARU
記事提供者：UMI WEST

2026年
(令和8年)
9月号
No.129

リハビリデイサロン「海」3店舗とグループ店舗の情報を毎月発信します。



UMI WEST

UMI MIHARU

UMI FIRST

はづき新体操クラブの皆さんが来てくれました！

IN UMI WEST

自分のカラダを知ろう！スポーツテスト開催！

8月3日から5日間、機能訓練指導員によるスポーツテストを実施しました！今回のスポーツテストは、日頃のU・M・Eでの運動やトレーニングの成果を確認するとともに、現在の体力や身体の状態を知り、今後の運動や機能訓練に活かしていくことを目的としています。普段から行っているトレーニングとは少し違った雰囲気の中で、皆さま真剣な表情で取り組まれ、一つひとつの測定に一生懸命チャレンジされる姿が見られました！スポーツテストを通して「今の自分の身体はどんな状態なのか」を知ることが、これから先の運動を考えるうえでも大切な機会です。結果を確認することで、日頃の運動を振り返ったり、「もう少しここを頑張ってみよう」と新たな目標を見つけるきっかけにもなります。今回の結果を今後のトレーニングや機能訓練にも活かし、ご利用者さま一人ひとりに合わせた運動をこれからもサポートしていきます！

新レイアウト始動！

7月21日より各フロアのレイアウトが新しくなりました。1階は体操はもちろん、制作や麻雀などの趣味活動や各種イベント、大注目のボディスパイダーと時間帯により姿を変える、U・M・Eグループでは初めての試みになるフリースペースが特徴。2階は人気不動のウォーターベッド、シンクロウエーブを軸に全身のコンディショニングを整え、上半身と下半身のコーディネートを高めるフロア。3階は筋トレをメインとしたトレーニングフロア。油圧パワリハマシンの負荷では物足りなくなった利用者様にお勧めの高負荷筋トレマシンはまるでスポーツジム。立位体操も今までよりもやりごたえがアップしています。フロアごとのコンセプトをより明確にした新レイアウトでは、お好みのフロアを2回まで選択できるよつになりましたので、より充実した3時間を過ごして頂ければと思います！

第2回お料理教室

ご好評につき、お料理教室第二弾を開催しました！前回はすぐに定員となったこともあり、今回は参加枠を増やし、AM・PMの2部制で開催しました。今回のメニューは夏の旬食材「茄子」を使った『ナスの胡麻味噌炒めそつめん』です。食材を切ったり、炒めたり、盛り付けたりと、参加された皆さまで声を掛け合い、協力しながら手順を進めていきました。「次はこれだね」「いい匂いがしてきた！」など会話も弾み、和気あいあいとした雰囲気の中で調理を楽しんでいただきました。完成後は皆さまで実食！季節を感じながら、調理動作や役割分担、交流などを通じた楽しい活動となりました。今後も、楽しみながら参加できる企画を開催していきます♪

小林講師による料理教室は、大人気で早くも2回目！



↑↑↑
みんなで協力して出来たお料理の味はいかがでしょうか？この写真のお顔を見れば明白ですね😊

世界にひとつだけの押し花しおりづくり

今回、同期間に押し花しおりづくりイベントも開催しました！色とりどりの押し花を用意し、たくさんのお花の中から「どれにしようかな？」と自分の好きな花を選ぶところからスタート。花の色や形、配置を考えながら、一人ひとり思い思いのデザインでしおりを作っていました。「この花がきれい！」「こっちの色もいいね」と、皆さま楽しそうに花を選びながら、完成したしおりを想像して真剣に作業されていました！押し花を並べたり、位置を調整したりと、細かな作業を行うことで、楽しみながら手先を使う機会にもなりました。また、自分で好きなものを選び、どこに配置するかを考えることで「自分で選んで自分で作る」楽しさも味わっていただき、完成したしおりは、どれも個性たつぷり！同じ材料を使っても、花の選び方や配置によって仕上がりが一つひとつ違い、まさに世界にひとつだけのオリジナルしおりが完成しました！今後も、運動だけではなく「楽しい」「やってみたい」「できた！」を感じていただけるさまざまな活動を企画していきますので、次回のイベントもお楽しみに！

麻雀・趣味活動が新たにスタート！

レイアウト変更に伴い、麻雀・趣味活動が毎週水曜日に開催されることになり、8月5日からスタートしました！第1回目の趣味活動では、色紙を使った「可愛いフラワールレンジメント」に挑戦！「どんな色がいいかな？」「この色のお花が綺麗かな？」など、利用者様同士で楽しく会話や相談をしながら、可愛い作品を完成させることができました！麻雀は、2卓の麻雀台を使うほどの人気！初めて参加される方もいらっしゃるが、参加して大丈夫かな？と不安な方もいましたが、それぞれが楽しみながら参加されています。麻雀を通して自然と会話も広がり、皆様にとって楽しく交流できる「憩いの場」となっています！麻雀・趣味活動は、手指の巧緻動作訓練や脳トレ、そして利用者様同士のコミュニケーションにもつながります。これからも、皆様に楽しんでいただける活動を目指していきたいと思えます！



↑↑↑
それぞれの思いを形に♥



↑↑↑
念願の麻雀台が遂に三春へ！指先と頭を使って楽しめます。

はづき新体操クラブ発表会！

7月29日（水）、はづき新体操クラブの子ども達による新体操発表会が開催されました！毎年F・R・S・Tで開催していた発表会ですが、今回はなんとWESTで初開催！幼稚園生から高校生までの選手が、日頃の練習の成果を存分に披露してくれました。ボールやリボンなどを使った演技は、かわいらしさはもちろん、思わず見入ってしまうほどカッコいい演技もたくさん！WEST笑顔と大きな拍手に包まれました！そして最後には、うれしいアンコール！利用者の皆様も最後まで楽しんで、子どもたちからたくさん元気を感じていただきました。素晴らしい演技をありがとうございました！来年も皆さんにお会いできることを、利用者様・スタッフ一同楽しみにしています！

※当日の様子は表紙になります！

