

7月号

愛泉館通所リハビリテーションだより

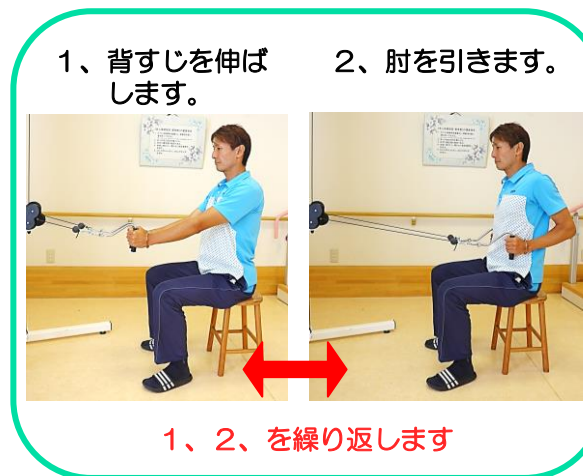


	月	火	水	木	金	土	
午前・午後	月～土曜日 午前10:30 色々やりタイム (刺し子・書道・塗り絵など) 午前11:50 食前の嚥下運動					1 音楽の時間	
午前・午後	3 音楽の時間	4 ハーモニカ	5 運動プログラム	6 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 讚美歌	7 ハーモニカ 布細工の会	8 音楽の時間	
午前・午後	10 音楽の時間	11 ハーモニカ	12 書道塾	13 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 讚美歌	14 ハーモニカ 布細工の会	15 音楽の時間	
午前・午後	17海の日 音楽の時間	18 ハーモニカ	19 運動プログラム	20 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 讚美歌	21 ハーモニカ 布細工の会	22 音楽の時間	
午前・午後	24 音楽の時間	25 ハーモニカ	26 書道塾	27 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 讚美歌	28 ハーモニカ 布細工の会	29 音楽の時間	
午前・午後	31 音楽の時間	7月お誕生日の皆様へ 7月にお誕生日を迎えられる皆様、お誕生日おめでとうございます。これからも、どうぞお元気でお過ごしください。愛泉館スタッフ一同より					ハンドベル

《元気な体づくり!》

～マシンの紹介～ ④ケーブルカラム

- 効果
- ・姿勢が良くなる。
 - ・扉の開け閉めが楽になる。
 - ・胸が開くことで楽に呼吸ができ、疲れにくくなる。

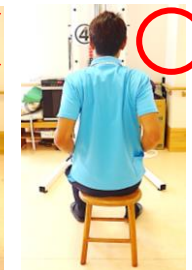


【悪い例】



脇が開いていません。脇を閉めましょう。

【良い例】



背中にしわを作るようにしましょう。

背中や肩の動きが少なくなると背中が丸くなってしまいます。猫背を予防・改善するのが、この④のマシンです。

《6月の様子》

花を折り、貼り付けて紫陽花を作ってくださいました。きれいな紫陽花ロードが完成しました。



《スタッフ紹介》

4月に入職しましたリハビリ作業療法士の東亮太です。主に身体の運動や頭の体操等に関わらせていただきます。社会人1年目ですが、少しでもゲストの皆様のお役に立てるように日々精進していきます。これからもどうぞよろしくお願ひします。

