

3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	桜の枝、お弁当、提灯			1 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 運動プログラム	2 ハーモニカ 布細工の会 運動プログラム	3 音楽の時間 ひな祭り 運動プログラム
午前・午後	5 音楽の時間 運動プログラム	6 ハーモニカ 囲碁・将棋 絵手紙 運動プログラム	7 運動プログラム	8 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 運動プログラム	9 ハーモニカ 布細工の会 運動プログラム	10 音楽の時間 運動プログラム
午前・午後	12 音楽の時間 運動プログラム	13 ハーモニカ 囲碁・将棋 折り紙 運動プログラム	14 書道塾 運動プログラム	15 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 運動プログラム	16 ハーモニカ 布細工の会 運動プログラム	17 音楽の時間 運動プログラム
午前・午後	19 音楽の時間 運動プログラム	20 ハーモニカ 囲碁・将棋 運動プログラム	21 春分の日 運動プログラム	22 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 朗読の会 運動プログラム	23 ハーモニカ 布細工の会 運動プログラム	24 音楽の時間 運動プログラム
午前・午後	26 音楽の時間 運動プログラム	27 ハーモニカ 囲碁・将棋 運動プログラム	28 書道塾 運動プログラム	29 音楽の時間 布ぞうり スマイルカフェ 運動プログラム	30 ハーモニカ 布細工の会 運動プログラム	31 音楽の時間 運動プログラム

《元気な体づくり!》

高齢者用に開発されたトレーニングマシンを一年通じて紹介させていただきました。マシンでのパワーリハビリは単なる筋力アップだけでなく、活動性の向上、日常生活

の活性化を図ることを目的としています。今では、多くの方にパワーリハビリの効果を実感していただいています。ゲストの皆様にも"健康で生きがいのある生活"を送っていただけるよう、スタッフ一同応援いたします。これからも、よろしくお願いたします。



"健康で生きがいのある生活"を送るために大切な「食べること」「話すこと」をテーマに、4月からは口腔リハビリについて紹介します。最近、よくムせてしまう、話しにくいなど、体の変化を感じていらっしゃる方は必読です!愛泉館では言語聴覚士がお一人おひとりに合わせたマッサージやトレーニングをご提案させていただきます。お気軽にご相談ください。

よしく
願います



自宅でも食事の前に、このように頬のマッサージをしてくださいね。

《2月の様子》

～豆まき～

新聞紙をまるめて作った豆をカゴに入れるゲームを行いました。スタッフが扮した鬼が、会場を盛り上げてくれました。

《3月の予定》

～雛祭り～

雛人形と折り紙で作った菜の花を飾ります。皆様も一緒に、春のおとずれを感じていただくと嬉しいです。



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

3月お誕生日の皆様へ
3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