

～初雪も降り、冬の到来です～

月日が経つのも早いものですね。今年も残り少なくなりました。皆様方はどんな一年だったでしょうか？ かまきりが高い所にたまごを生んだ？ 雪が多く降る…？ 冬でも水分補給を忘れずに行ないましょう！

リハビリ紹介 トリムバイク(ペダル運動)をご紹介します！



上肢用 下肢用 があり、他の自転車エルゴメーターよりもコンパクトで持ち運びができ、場所指定なく使用できます。ダイヤルで重さが変えられ調節が可能です。時間・重さを個別で決めて持続的なペダル運動により、筋力維持向上と左右上下肢の協調運動(バランスのとれた動き)を促すことが期待できます。



簡単体操 2つのことを同時にすることで脳の活性化を図ります。

足踏みをしながら3の倍数で手をたたき、30まで数えましょう。



1・2・3・パン！

ゆっくり 焦らず 行ないましょう



1・2・3・パン！

敬老祭

9月15日、16日に敬老祭を開催しました。77歳、88歳、90歳以上の利用者様には手作りのちゃんちゃんこを着て頂きました。



寿まんじゅうでお祝いしました。

作品展示会

10月11日～11月11日まで作品展示会を行ないました。四季の風景をちぎり絵で表現しました。



毎年この時期に作品展示会がありますので、見にいらしてください！

宝陽病院通所リハビリテーションより

リハビリ主体のサービスにより身体機能の回復・維持・強化を重視し、自立した日常生活を営むことができるようお手伝いをします。



営業日/火曜日～日曜日
提供時間/9:30～16:00
定休日/月曜日・祝日
年末年始・7月1日(創立記念日)
0198-45-6835

宝陽病院通所リハビリテーション

写真は本人の了解を得て掲載しております。