

今年の夏は過ごしやすい日が多いですね
しかし、気温が高くなる日があるので
暑い日は、水分補給やエアコン・扇風機を
活用しましょう！！



8月よりリハビリの先生が変わりました

理学療法士

金田一瞳



皆さんに早く名前と顔を覚えて
いただけるように頑張ります。
私と楽しく運動しましょう！

行事紹介

6月22日23日にミニ運動会開催



応援団長が盛り上げてくれました



気持ちを一つにして
輪送りリレ



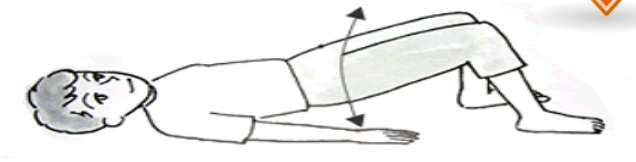
6月にカエルとあじさいの
壁画を一人一人配置を
考えながら作りました



朝の目覚め体操

- ①仰向けで両膝を立てる。両膝をつけたまま左右交互に倒す。倒すときは息を吐きながら行いましょう★
- ②仰向けで少し両膝を離して立てる。腰を5~10センチ持ち上げ、そのまま左右にゆっくり振り腰を下ろす。

↓ 5回くらい行いましょう。 ↓



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事が
できるようお手伝いします。

通所リハビリテーションより

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



写真は本人の了解を得て作成しております