

新年明けましておめでとうございます

犬は安産の神様ですね。人間と神様をつなぐしもべです。
 実り多く災害の少ない年でありますようにお祈り申し上げます。
インフルエンザに注意しましょう。手洗いうがいで予防しましょう。

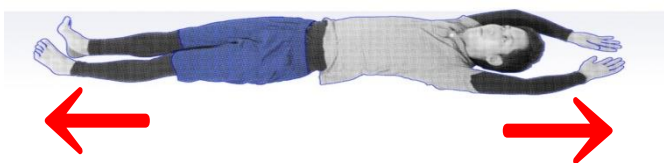
リハビリ紹介 ～足こぎ車椅子～

足こぎ車椅子は、右足を動かした後は左足という反射的な指令を利用することで動きます。その為麻痺等の障害により歩行が難しい方でも、どちらかの足が少しでも動かすことが出来れば、自分の足でペダルをこげる可能性があります。当デイケアでも体力向上や精神賦活を目的に実施しております。



簡単体操

寝ながら出来る背中ストレッチ 簡単骨盤周りのストレッチ



①床に両手足を伸ばして寝る
 ②大きく息を吐きながら手と足が離れるように伸ばす
 目標回数
 背伸び7秒間×6回



①腹式呼吸を行い息を吐いたとき床に背中全面を押し付ける
 ②息を吐きながら元に戻す
 目標回数
 複式呼吸10回 特に入浴後がお勧めです

クリスマス会

12月20・21日歳忘れクリスマス会を開催しました。美味しいケーキも頂きました。



作品紹介

～今年の干支作り～

12月12日から12月17日
 タオルを使って干支の犬を作りました。



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。