

2025年2月号



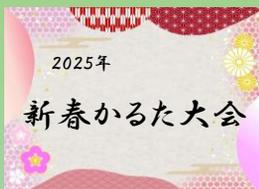
2月3日は立春で、暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日々が続きます。
春の訪れを楽しみに、体調に気を付けて、元気で過しましょう。



新春かるた大会

1/16(木)に、新春かるた大会を行いました。

「犬も歩けば棒にあたる」「はい！」と、元気な声がフロア内に響きわたり、楽しい会となりました。



新年の通所リハビリ

玄関前に、鳥居の作品を飾りました。
利用者の皆様に、お花紙を広げていただき、立派な物になりました。



おみくじ、絵馬もご用意し、お正月気分を味わっていただきました。



今月の予定



- 節分イベント 2/1(土)
- ひばりの会 2/4(火)、2/6(木)、2/17(月)
- お誕生日会 2/17(月) ~ 2/22(土)



「2月生まれの皆さま、お誕生日おめでとうございます。」

まいにち体操

利用者様、ご来所時は、朝のラジオ体操第1第2からはじまり、個別リハビリ、ゲーム、音楽体操、口腔体操など、1日をとおして、活動的に過ごしていただけるように、プログラムを組んでおります。ご自宅でも行える、簡単な体操をご紹介しますので、よろしければ、ご家族も一緒に行なってみてください。



かかと上げ



つま先上げ



足首を回す



足踏み

<棒を使った体操>

(サララップの芯や、段ボールをまるめた物で、棒の代わりになります)



棒を両手で持ち、
下から上へ



棒を両手で肩幅の位置で持ち、
右から左へ



棒を両手で上に持ち上げ、
左右に曲げる

施設からのお知らせ

先日お配りいたしました「レストア川崎 通所リハビリ利用者様・ご家族様へのご意見・ご要望」に対するご返答、ご協力ありがとうございました。

頂いたご意見・ご要望に対しましては、今後のサービス向上のための参考とさせていただきます。その他、お気づきの点やご不明な点などありましたら、随時、通所リハビリまでお声かけ下さい。

今後とも、よろしくお願いいたします。