

“結愛” ~ゆい~

『通所リハビリテーション ~夏祭り~』

8月26、27日と通所の夏祭りを開催しました。感染対策として密にならないよう注意しながら、職員の顔写真入りの魚釣りやピンポン玉入れゲームを行いました。また、夏と言えばスイカ。今年はスイカ割りではなく、白玉団子と一緒にお茶の時間に召し上がっていただきました。最後はビンゴゲーム!! 「リーチ」の音が聞こえる中でいつビンゴが出るか…とドキドキの時間でした。皆様楽しんでいただけたでしょうか?



ピンポン玉入れ

魚釣りゲーム



スイカと白玉でお茶の時間♡

ビンゴ!

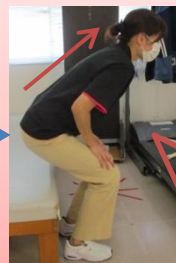
たくさん釣れました



『転倒予防~筋トレ~』

※痛みや無理のない範囲で、息を止めないようにしながら運動して下さい。

○股・膝関節周囲の筋力強化



お辞儀をして、横から見た時に膝の位置より頭が前に出るようにしましょう。



足を前に伸ばして、その時思いついた言葉や漢字を大きく書きましょう。

椅子からの立ち上がりを反復しましょう。ふらつく際には椅子や手すりに掴まりましょう。