



マノリアル本荘

# デイ通信 平成28年 6月

平成28年6月 活動予定



## ～端午祭り～

端午の節句にちなんで、鯉釣りゲームを行いました!!  
皆さま作った兜をかぶり、むしゃんよか格好で熱心に鯉を釣られていましたよ(〇)♪

### ～看護からのお知らせ～

これからの季節は食中毒が発生しやすい時期です。こまめに、うがいと手洗を行ってください。  
また、利用者様同士での食べ物のやり取り、スタッフへのご厚意はご遠慮いただきますようお願い申し上げます。



お母さん  
ありがとう



キレイに  
できたでしょう



### ♥母の日のカーネーション作り♥

皆さま、手先を器用に笑顔で作られていました。作った後でご自分のお母さまの思い出話をされていました。

月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	
		棒ふり体操				いきなり団子を作ろう	お休み
		輪投げ	脱線ゲーム	UFOゲーム			
6	7	8	9	10	11	12	
		ボール体操				創作活動	お休み
		ギリギリゲーム	ボーリング	書道	熊本タワー		
13	14	15	16	17	18	19	
		リング体操				ジャンボすごろく	お休み
		ゴルフ	書道	ボーリング	ギリギリゲーム		
20	21	22	23	24	25	26	
		竹ふみ体操				お楽しみゲーム	お休み
		UFOゲーム	ラダーゲッター	ジャンボすごろく	明日天気にな〜れ		
27	28	29	30				
		ペットボトル体操				お楽しみゲーム	お休み
		熊本タワー	カラフルピンゴ	ギリギリゲーム	輪投げ		



この度の熊本震災では、多くの方々からのご厚意あふれるお見舞いを賜り、心よりお礼申し上げます。

マノリアル本荘  
スタッフ一同

## リハだより

～座位で出来る下肢の運動～

足関節の背屈・前屈運動  
ふくらはぎの筋肉の運動です。「むくみ」、「冷え症」、「歩行中のつまずき」に対して効果があります。  
朝と夕方に①②それぞれ20回の2セットを基準に行ってください。



①足関節の背屈

つま先を上上げていきます。足をやや前方に置いて実施して下さい。



②足関節の底屈

踵を上上げていきます。足をやや後方に置いて実施して下さい。



理学療法士  
高島 泰希



マノリアル本荘  
熊本市中央区本荘5丁目10-23

TEL 096-288-3331  
FAX 096-288-3332