



ひな祭りに、おり紙で雛人形を作りました。とてもかわいらしい飾りになりましたよ。(*_*)



ホワイトデーには二人で協力するゲームを行い、絆を深めることができました。

リハだより

今月のテーマ「指を使った運動について」

指を動かす体操は脳を活性化させ、認知症予防となります。今回の指を使った体操は座った状態でもできますので皆さん挑戦してみてください。

- 親指体操
- ・親指と人差し指、親指と中指、親指と薬指の順に指を合わせていきます
- ・指の腹をしっかりと付けるように意識しましょう



慣れたら左手でやったり合わせる指を家族の方に指定してもらい難易度を上げていきましょう！！



理学療法士 高島 泰希

月	火	水	木	金	土	日
						1
今月のうた 4月 ・さくらさくら ・花 ・春が来た ・ちょうちょう ・春の小川 ・いつでも夢を						お休み
2	3	4	5	6	7	8
ボール体操 カラフルビンゴ カラフルビンゴ 野球ゲーム 野球ゲーム 輪投げゲーム 制作活動						お休み
9	10	11	12	13	14	15
リング体操 狙ってPON 狙ってPON サイコロルーレット サイコロルーレット ラダーゲッター ラダーゲッター						お休み
16	17	18	19	20	21	22
ペットボトル体操 ボール釣りゲーム ボール釣りゲーム ゴルフゲーム ゴルフゲーム 倒さないでボーリング 倒さないでボーリング						お休み
23	24	25	26	27	28	29
サザエさん体操 NEW カーリングゲーム NEW カーリングゲーム サッカーゲーム サッカーゲーム ボールホッケー 射的ゲーム						お休み
30	職員紹介 棒ふり体操 3月より入職しました、生活相談員の上中です。困ったことや相談したいことがありましたら気軽に声を掛けて下さい。よろしくお願いします。					
ボールホッケー	上中 麻依子					

