

4月デイサービス便り

<http://www.kumamotokousei.jp>

リバーサイド熊本

春の日差しが心地よく木々も色鮮やかになり、いよいよ新年度がスタートいたします。今月は桜の花見やショッピングを予定しています。その他リハビリ強化週間や職員余興等もございますので、今年度も健康で楽しく過ごしていただけたらと思います。それでは季節の変わり目ですので、体調を崩さないよう元気一杯にまいりましょう。

平成26年 4月 活動予定表

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|------------------|-----------------|----|--|----|-----------|
| 第一週 | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 お休み |
| | 第2週目:清潔チェック 第3週目:体重測定 第4週目:お誕生会 *散髪希望の方は、 スタッフまで お申し付け下さい。 | | 桜の花見(外出) | | | | |
| 第二週 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 お休み |
| | トンネル ころころゲーム | | キックスナイパー ゲーム | | | | |
| 第三週 | 13 | 14 | 15 建国 記念日 | 16 | 17 | 18 | 19 お休み |
| | ←リハビリ強化週間→ | | | | | | |
| 第四週 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 お休み |
| | 職員 余興 | 春のショッピング (外出) | | | | | |
| 第五週 | 27 | 28 | 29 昭和の日 | 30 | ブログにて熱帯魚の紹介を しています!! 詳細は下記URLからご覧 ください!! http://www.kumamotokousei.jp/blog/?cat=4 | | |
| | 玉入れゲーム | | 足でおはじき ゲーム | | | | |

リハビリからの一言 「歩くことの大切さ」について

歩行は生活の中でなくてはならない重要な能力です。一旦歩けなくなると、まず活動範囲が狭くなり、身体機能が衰え(筋力やバランス能力)、精神的にも落ち込みがちとなります。この状態が続くと転倒や骨折を招く危険性が増し、介護が必要になる可能性が考えられます。また歩行速度も重要で、余命や自立した生活を営む能力と強く関係していると言われています。出来るだけ歩行を維持し続けましょう。

四コマ漫画

～お花見編～

作:職員 甲斐友彰



リハビリ強化週間の様子



今月の歌★

高原列車は行く

団子汁作りの様子

