



8月行事の様子!



楽市楽座開催!!

8月は花園ボランティアの方をお招きして、利用者を交えて歌と踊りを披露していただきました!

楽市楽座 in リバーサイド



今月の目玉イベント

- 3日 リバーサイドシネマ
10日 合同敬老会
17日 恒例 ショッピングツアー
18~22日 体力測定
24日 楽市楽座 in リバーサイド

リハだより 「タオルギャザーについて」

足の指は立位バランスに大きく貢献している!!
理由① 歩行時の衝撃を吸収する。
理由② 足指をぐっと曲げ床を掴むことで、より前に体重を移すことができる。
理由③ 踵に重心を移した時に足指は伸び、足指に付着する筋肉が緊張することで下腿を後ろに倒さない様にバランスをとる。

- タオルギャザーの方法
①対象者は端坐位(椅子や台、車椅子に浅く座る)。
②床に広げたタオルの端に足を乗せる。
③床に広げたタオルを足指全体でたぐり寄せる。

※踵を床から浮かさない。
※上手にたぐり寄せることができない場合も、20回(足部に疲労感が残る)程度実施するのもよいでしょう。

詳しくは理学療法士の竹田まで。



理学療法士 竹田 陽



Calendar grid for September 2017 with activity details for each day, including '体力測定' (Physical Measurement) from Sept 18-22 and '敬老の日' (Respect for the Aged Day) on Sept 18.