



リバーサイド
熊本

デイ通信 5月

平成30年5月 活動予定表

ブログで行事の様子を紹介をしています!!
詳細は下記URLからご覧ください!!
<http://www.kumamotokousei.jp/blog/?cat=4>



芳野コミュニティセンターで
桜花見の様子

外出行事

3月26日(月)~3月29日(木)の日程で芳野コミュニティセンターへ桜の花見に出かけました。満開の桜を見物して大きな歓声がり感動されている様子でした(o)/



横島イチゴツアーの様子

リハだより

「4機種マシンについて」

★目的 → 体力測定への効果

①ローイング
背中の筋肉を強化し、猫背(円背)を改善する。
→ 握力

②レッグプレス
立ち上がる、座る、歩くなど、日常生活動作に必要な筋力を強化する。→ CS30(足の筋力)

③レッグエクステンション
階段の昇り降りがスムーズに行える。歩幅を広げることができ、歩行が安定する。
→ 5m歩行速度・タイムアップ&ゴー・柔軟性

④ヒップアブダクション
歩くときや片足立ちをするときなどのふらつきを解消する。→ 片足立ち・ファンクショナルリーチテスト

詳しくは

理学療法士

の竹田まで。

理学療法士 竹田 陽



今月の目玉イベント

6日 リバーサイド シネマ

13日 フードパル 薔薇ツアー

20日 リバーサイド 楽市楽座

27日 パティ 買物ツアー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
		脱出させろ ゲーム (手のリハビリ)	脱出させろ ゲーム (手のリハビリ)	キックボリン クゲーム (足のリハビリ)	キックボリン クゲーム (足のリハビリ)	お休 み
6	7	8	9	10	11	12
リバーサイド シアター	物渡しゲー ム (手足のリハ ビリ)	物渡しゲー ム (手足のリハ ビリ)	ペタンク ゲーム (手のリハビ リ)	ペタンク ゲーム (手のリハビ リ)	新聞レク (手足のリハ ビリ)	お休 み
13	14	15	16	17	18	19
フードパル 薔薇ツアー	卓上ホッケー ゲーム (手のリハビ リ)	卓上ホッケー ゲーム (手のリハビ リ)	スリッパ飛ば し ゲーム (足のリハビ リ)	新聞レク (手足のリハ ビリ)	スリッパ飛ば し ゲーム (足のリハビ リ)	お休 み
					俳句教室	
20	21	22	23	24	25	26
リバーサイド 楽市楽座	輪投げゲーム (手のリハビ リ)	輪投げゲーム (手のリハビ リ)	新聞レク (手足のリハ ビリ)	ゲートレク (手のリハビ リ)	ゲートレク (手のリハビ リ)	お休 み
			そろばん教室	書道教室		
27	28	29	30	31	新入職員の岩根理紗です	
パティ 買物ツアー	蹴っ飛ばし カーリングゲーム (足のリハビ リ)	蹴っ飛ばし カーリングゲーム (足のリハビ リ)	カウボーイ ゲーム (手のリハビ リ)	カウボーイ ゲーム (手のリハビ リ)		



リバーサイド熊本

熊本市西区河内町野出1936-1

TEL 096-277-2288

FAX 096-277-2424