

敬老会



敬老会ではたくさんの参加があり、とても盛り上がりました\(^o^)/ 賀寿者の皆さま、本当におめでとうございます★お誕生日会では、カラオケ大会やクイズ大会を行いました! 皆さま、とてもいい笑顔で楽しませていました(*_**)

今月のベストショット♡お誕生日会



リハだより

歩行能力向上トレーニング

歩行能力低下を予防するためには継続した運動が必要になります。今回は歩行能力を向上するための運動をお伝えします。

歩行能力を高める
運動メニュー

床に足がつかない程度に片足を上げます。必ず掴まる物がある所でいきましょう。立位や歩行に不安定な時は指や手をつけていきましょう。



詳しくは、理学療法士の岩根まで。



今月の目玉イベント

- 6日 リバーサイドシネマ
- 13日 パティ買い物ツアー
- 20日 はなぞの秋祭り見学
- 27日 10月生まれ合同誕生会

日	月	火	水	木	金	土
		1 卓上 ホッケー (手のリハビリ)	2 引いて引いて ゲーム (手足のリハビリ)	3 引いて引いて ゲーム (手足のリハビリ) 書道教室	4 引いて引いて ゲーム (手足のリハビリ)	5 お休み
		6 リバーサイド シネマ	7 風船飛ばし ゲーム (手足のリハビリ)	8 歌声喫茶 リバー館♪ 発表会	9 ジャンプで シュートゲーム (手のリハビリ)	10 ジャンプで シュートゲーム (手のリハビリ)
12 お休み	13 お休み	14 体育の日	15 ペットボトル 輪投げゲーム (手のリハビリ)	16 お手玉 グラグラ ゲーム (手のリハビリ)	17 お手玉 グラグラ ゲーム (手のリハビリ)	18 お手玉 グラグラ ゲーム (手のリハビリ)
19 お休み	20 お休み	21 ゲートレク (手足のリハビリ)	22 即位礼正殿の儀 ゲートレク (手足のリハビリ)	23 カーリング (足のリハビリ)	24 カーリング (足のリハビリ)	25 カーリング (足のリハビリ)
26 お休み	27 10月生まれ 合同誕生会	28 新聞紙丸めて ドン!! (手のリハビリ)	29 新聞紙丸めて ドン!! (手のリハビリ)	30 気球上げ ゲーム (手のリハビリ)	31 気球上げ ゲーム (手のリハビリ)	