



オンライン
バスツアー熊本城



寿司さんまい

ごま団子作り



6月から梅雨入りしましたがリバーサイドでは雨にも負けず、年に一度の寿司さんまいで皆様と盛り上がりました!新しくリバーサイドオンラインバスツアー行っております★次回のイベントご期待ください♡

今月のベストショット
フラワーアレンジメント



フォトスタンド飾り

今月の目玉イベント

- 2日 書道教室
- 5日 リバーシネマ
- 6日 みどりのお料理教室
- 7日 ティセタまつり
- 12日 はとバスツアー
- 14日 歌声喫茶
- 19日 ティ納涼祭
- 26日 合同誕生会

リハだより

歩行補助具について

歩行補助具を使用する事で歩行のバランスを安定させ、膝や腰の痛みの軽減や転倒の予防にもなります。それぞれの特徴についてを説明します。

- 1) T字杖(一本杖)
多くの方が使用されています。歩行時における身体の支持やバランスを補助するために使用します。
- 2) 4点杖
4点で地面を支える為、T字杖よりも支持面を安定させます。
- 3) 歩行者・歩行車
両腕で体重を支える事が出来るため歩行距離が長くなり、足にかかる負担や痛みの軽減に繋がります。

詳しくは、理学療法士の西迫まで。



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--------------------------------------|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|-----------|
| マスク着用のお願い 新型コロナウイルス予防対策の為、ご自宅よりマスク着用をお願い致します! | | | 1 カーリング (足のリハビリ) | 2 書道教室 カーリング (足のリハビリ) | 3 カーリング (足のリハビリ) | 4 お休み |
| 5 リバーシネマ | 6 みどりのお料理教室 輪投げゲーム (手のリハビリ) | 7 ティセタ劇場! 輪投げゲーム (手のリハビリ) | 8 ジャンプでシュートゲーム (手のリハビリ) | 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) | 11 お休み |
| 12 はとバスツアー | 13 スリッパ飛ばしゲーム (足のリハビリ) | 14 歌声喫茶 リバー館 スリッパ飛ばしゲーム (足のリハビリ) | 15 お手玉グラグラゲーム (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 お休み |
| 19 ティ夏祭り | 20 ペタンクゲーム (手のリハビリ) | 21 ペタンクゲーム (手のリハビリ) | 22 ゲートレクゲーム (手のリハビリ) | 23 ゲートレクゲーム (手のリハビリ) | 24 ゲートレクゲーム (手のリハビリ) | 25 お休み |
| 26 7月生まれ合同誕生会 | 27 キックボウリング (足のリハビリ) | 28 キックボウリング (足のリハビリ) | 29 引いて引いてゲーム (手のリハビリ) | 30 引いて引いてゲーム (手のリハビリ) | 31 引いて引いてゲーム (手のリハビリ) | |