

リハビリデイサービスおもちゃ館

にゅ～す

2020年 11月号

大阪狭山市西山台六丁目16番5号

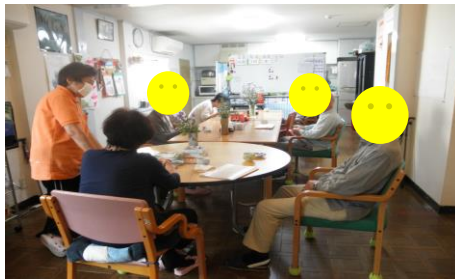
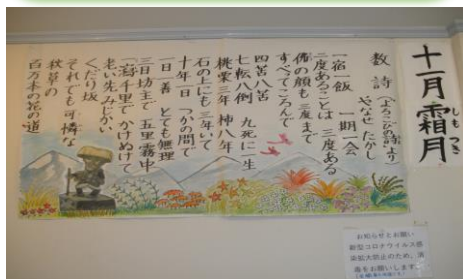
TEL/FAX 072-365-6688

昨今の外出の自粛が原因で足腰をはじめ全身の筋力が弱まってきていると感じます。その打開策として最も簡単な方法が「歩くこと」だと思います。歩いている限り、身体は活性化し続け脳からつま先まで、筋肉・骨・関節・血液の循環も神経伝達も、全てが連動して動き出すことが知られています。そこで、当館では「トレッドミル(ルームウォーカー)」を購入しました。これはご自分の歩行速度に合わせて歩行訓練ができます。また、腰痛対策としてのバイブレーション機能も付いており、「歩くこと」を敬遠されている方にも安心してご使用頂けます。只今、紅葉真っ盛り。足腰を鍛え、自由に行きたい所にご自分の脚で行ける喜びを、是非、味わって頂きたいと思います。そのためのサポートをスタッフ一丸となって務めさせていただきます。

玄関の掲示物: 今月は、やなせたかし先生の「数詞」です。先生の代表作は「アンパンマン」ですが、これは晩秋の様子を数詞のリズムに乗せて巧みに表現されており、詠む者の心の中に浸み込みます。

当館では、人とのつながりを大切にしています。ご利用者様同士、悩みや喜び等をおやつを食べながらお話ししたり語ったりして、楽しいひと時を過ごします!!

理学療法士によるリハビリ
骨盤矯正、足首・脛脛・太腿の
関節調整など各個人に応じたリ
ハビリを実施。病院退院後のリ



健康は、食からです

トレッドミルのバイブレーションを使って腰痛のリハビリに挑戦。体の調子もアツ

看護師の見守りの下、ルームウォー



お品書き: ポルシチ、バンバンジー、
里芋とちくわの煮浸し、スパゲ
ティーサラダ、白菜と揚げの味噌汁、

和泉市リサイクル環境公園のコスモ
ス畑に歩行訓練を兼ねて出かけまし
た。赤やピンク・白等の花々を愛でな
がら、リフレッシュしてきました。

【お知らせとお願い】
※今年もあと2か月となりました。年末年始のお知らせですが、年末は12月31日まで営業します。年始は1月4日より営業予定ですがご利用のご希望があればお知らせ下さい。
※おれんじカフェの店内をリニューアルしました。コロナ禍において、久しぶりにコーヒーを飲みながら楽しいひと時をご一緒に過ごしませんか。

