

# あおり協立病院 デイケア便り 7月号

## ★6月誕生日★

おたんじょうび  
おめでとう!



### ☆感染対策について☆

- ・引き続きマスクの使用をお願いします。
- ・体調不良時は当日のデイケアの利用をお控えください。

## リハビリ



ハンドグリップ



アキレス腱の  
ストレッチ

つま先が上がりやすくなり、ふくらはぎの伸張性がアップして転倒予防につながるよ。



低い座面 (20cm) からの立ち上がり訓練



股関節の内転運動

歩行バランスに関わる筋肉を鍛えてるよ



屋外歩行訓練

ご自宅での生活で大変になってきた動作や不便さを感じる動作をデイケアでのリハビリで改善してみませんか？  
できるようになりたい事など、ご本人様やご家族様からの要望をリハビリメニューに取り入れています。  
是非リハビリ会議へもご参加下さい！

## 日常生活動作訓練

配下膳



年齢を重ねると普段使わない筋肉が衰えやすくなるため、できることを意識して行っていただいています。家事動作は特に女性に好評です。

コップ洗い



昼寝後のリネン交換

ポイントカードの拭き上げ (消毒作業)



## 6月調理レク

フレンチトースト作り



おいしかった



月レクの感想やご意見、デイケアへの要望、困った事、質問など、どんどんご意見下さい。記入日) 月 日

お問い合わせ先:  
あおり協立病院デイケア  
TEL(017)729-3358

見学はお気軽にご連絡下さい!

★お知らせ★  
お盆休み  
8月13日(火)  
14日(水)