



# あおもり協立病院 デイケア便り 12月号

見学はお気軽に  
ご連絡ください！

## ☆感染対策について☆

- ・来所時は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

体力・持久力  
向上！

自転車  
エルゴメーター

足が引っ掛かり  
やすいから意識  
して歩きますよ



巧緻訓練



歩行訓練



指先を上手に使うための訓練

ペダルこぎ



筋力向上  
トレーニング

足運びを良くする  
ための訓練



初めは歩行器歩行だったけど、  
歩行器を使わずに歩く練習も  
できるようになったよ

11月

## HAPPY BIRTHDAY



## レクリエーション



筒にのせた箱の蓋にお手玉をのせていくバ  
ランスゲーム。レクリエーションは楽しみ  
ながらリハビリできるよう工夫しています。

## 11月 買い物訓練

10月に引き続きサンロード青森にお買い物訓練！目当ての物  
を求めてアクティブに訓練してきました。



これも買って  
いこうかな・・・



どれにしよう  
かしら・・・



今夜のおかずは  
これ♪



年末年始休みは、  
12月30日から1月3日  
です。よろしくお願い  
します。

おたのしみランチのお知らせ

12月お休みです。  
1月は水曜日の予定です！

月レクの感想やご意見、デイケアへの要望、相談、質問などご意見ください。