

通所リハビリ通信



空の青さが夏らしく輝きを増してきましたが、皆様夏の暑さに負けない身体作りは進んでいますか？これから季節は脱水症になりやすくなります。体内の水分量の減少や内臓の働きの低下など、特に夏場は水分を奪われやすくなるので、こまめな水分補給を欠かさないようにしましょう。朝起きた時、食事中、入浴の前後、運動前後や運動中、寝る前など…このようなタイミングで水分補給をする習慣をつけましょう。

フロアの様子

習字

ぬりえ 将棋 読書 麻雀

提供物やフロア飾り作り、クラブ活動を行っています
学生が実習に来ました！お話を楽しめています♪

うちわ作りをしました



1月の予定

- 1週目 風船バレー
- 2週目 箕飾り作り&短冊
- 3週目 キャップポイポイ
- 4週目 キャップでゴー
- 5週目 ペットボトルカーリング

お知らせ



かき氷

始めますよ～

入浴されている皆様へ
バスタオル、フェイスタオルは入浴時、
お一人様各一枚とさせていただいております。
他に必要な方はご持参くださいようお願いいたします。

当施設では食べ物の持ち込み、
利用者様同士の物のやり取りを
ご遠慮いただいております。