

6月



やすらぎだより

令和5年6月号



日中汗ばむ陽気となり梅雨を迎える季節となりました。熱中症や脱水等にもなりやすい季節になりますので、こまめに水分補給をしたり衣服の調節をしたりしながら体調管理をしていきましょう。

ボランティア団体 楽生会

の方々をお迎えしました



仕事したい方 コインほしい方 大募集中



鉛筆削り



作品作りのお手伝い



机拭き

簡単にできる軽作業や、利用者さんの得意なことをお仕事として提供しています。その報酬としてやすらぎで使えるコインをお渡ししています。

【園芸】折鶴欄を植えました



表面の土が乾いたら（1週に1回の頻度）で水をあげます。どんな花が咲くのかお楽しみに！

【花言葉】

集う祝福
守り抜く愛



今月のリハビリ

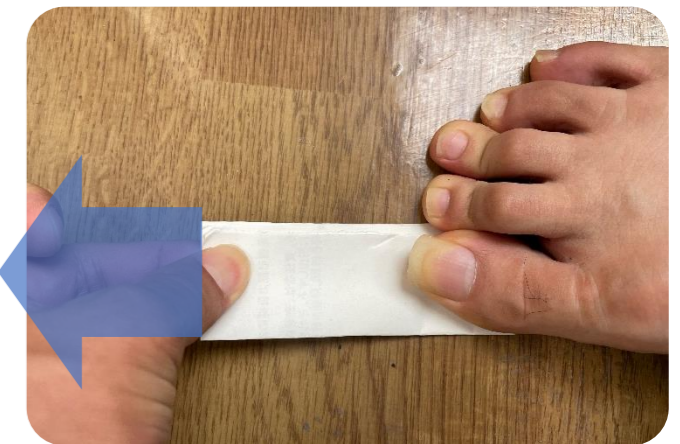
足趾筋力強化訓練

足趾筋力強化訓練では

- ①足の指を握る運動
 - ②指を握る+かかと上げ運動を通して前方へふらついた際の踏ん張る力を鍛えています
- ペーパーグリップテスト
紙を引っ張っても抜けなければ合格です。

ペーパー
グリップテスト

試して



訓練風景を動画で見れる！



訓練内容

- # 1.足趾屈曲運動
- # 2.かかと上げ運動
- # 3.足趾筋力テスト

社会福祉法人山県市社会福祉協議会
山県市社協
デイサービスセンターやすらぎ
〒501-2259 山県市岩佐 1177-1
☎ (0581)52-2800
FAX (0581)52-2937