



やすらぎだより

令和6年1月号

令和6年新しい年を迎えました。皆さんお正月はいかがお過ごしでしたか？寒さも一段と増してきました。体調管理に気を付け、体を冷やさないよう暖かくしてお過ごしくださいね。職員一同、今後とも事業所のサービス向上に努めていきますので今年もよろしくお願いたします。

クリスマス&忘年会の様子



やすらぎに**サンタクロース**がやってきた！



職員が仮装して
ハンドベルを演奏！



今井看護師による
マジックショー開催

【鑑賞】TVでYouTube等が見れる！！

テレビで懐かしいドラマや音楽、映像などを見



れるようになりました。リクエストなどがあれば職員までお声掛けください！！

今月のリハビリ

上肢の運動

上肢の運動では肩関節と肩甲骨の動きを意識したメニューを取り入れています。そのため筋トレの要素よりも関節可動域の確保を重視しています。肩が上がらなくなると自分で服が着にくい、洗髪できないなど問題が生じます。「簡単な運動ではありますが【できること】を【これからもできる】ようにしていきましょう」と声掛けしながら繰り返し実施しています。



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

訓練動画



- # 1. 上肢挙上運動
- # 2. 肩甲骨挙上運動
- # 3. 肩甲骨の内外転運動
- # 4. 肩の内外旋運動