



やすらぎだより



令和5年3月号

早いもので、もう3月となりました。今年は氷点下になる日が多かったですね。まだまだ、朝晩寒い日が続いていますが、昼間は暖かい日が増え、春が近づいてきたと感じます。デイサービス施設内は暖かくしてあります。衣類で温度調整ができるようにしましょう。

季節のレクリエーションでは豆まきをしました



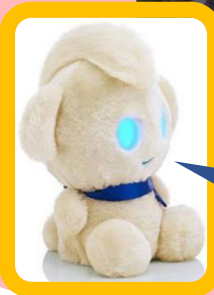
↑職員が鬼に変装

←豆の代わりに
投げているの
はお手玉?!



コミュニケーションロボット チャピット君 登場!

かわいいね!



照れるなあ

会話による認知機能改善
ストレス軽減効果あり

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

3月以降も引き続きマスクの着用をお願いします

新型コロナウイルスの5類相当の引き下げに向けて、マスク着用が任意でよいとテレビなどで報道されていますが、デイサービスでは継続して着用していただきたいと思っています。引き続き、検温、消毒、マスク着用のご協力をお願いします。

★ 音楽療法の先生をお迎えしました ★



約3年ぶりの音楽療法レクリエーションでした♪

今月のリハビリ

自転車こぎ (エルゴメーター) 練習

エルゴメーターを用いて足の運動をしています。膝の関節に負担をかけずに筋肉を鍛えることができます。また、歩く際の筋肉の働きと似ていることから、自転車をこいだ後は歩きやすくなる効果もあります。



機能訓練指導員から一言



私が担当しています
理学療法士 谷下

機能訓練を開始して6ヶ月が経過しました。最近では運動量を増やしても皆さん疲れにくくなっています。始めたころより体力がついてきたことを実感し、嬉しく思います。