

たすけあい泉

# にじりハビリティ新聞

令和5年(2023年)夏号

外出

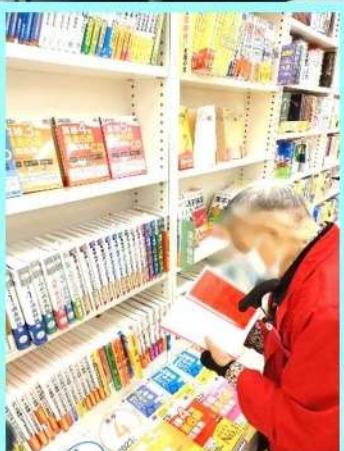
機能訓練

イトーヨーカ堂へ行ってきました！

3年ぶりに！

(第1弾)

アンケートを取り、外出機能訓練に参加されたい利用者様とスケジュールを組んで第一弾として6月・7月にお買い物&おやつを食べにお出かけしました♪



第2弾は秋になります♪  
お楽しみに

自分の為に、ご家族の為に、選んでお買い物を楽しみました。

スタッフとのんびりおやつタイムでたくさんお話をしました。

## 七夕祭り

それぞれ願いを込めた短冊を吊るして  
笹の葉に飾りました。



利用者さんが  
作った  
たくさんの作品

## パワーリハビリ・機能訓練

体力保持のため、皆様日々頑張っています。

### ・おし丸

下肢全体を強化して、立ち座りや階段昇降などの動作に効果があります。



・ルームマーチ  
好みのスピードで無理なく有酸素運動ができます。



・ひき丸  
広背筋を強化し、猫背の予防・改善を図ります。

・プーリー  
背筋が伸び、座位姿勢の矯正や立位姿勢の改善ができます。

## レクリエーション

### ～麻雀～

### ～散歩～



心で感じて つながる絆 広がる笑顔

(「にじ」令和5年度スローガン)

お問い合わせは

**にじリハビリティ**

〒245-0014 横浜市泉区中田南4-26-10

TEL:045-801-7326

ホームページも見てね！

たすけあい泉

検索

