

かおり通信 2月号

社会福祉法人 美明会
義明苑デイサービスセンター
☎0284-73-4600

もうすぐ節分ですね。「鬼は外！福は内！」豆をまいて新しい年をお迎えしましょう。
今年の恵方の方角を向いて太巻きを丸かじりすると、いいことがあるそうですよ。ちなみに今年の方角は南南東やや南だそうです(*'▽')



パワーリハビリの様子

ご希望者(看護師判断あり)に介護予防の観点から、専用のマシンを活用したトレーニングを行っています。運動により、身体の筋肉や関節を動かすことで、動作が容易になり、行動に自信が持てるようになります。体力が向上し、活動的な生活を作り出すことができます。



膝、
股関節を伸ばす

肩甲関節機能改善

股関節開閉機能改善



腰痛予防



関節可動域改善



下肢筋力強化



書初

書初めをしました。
令和三年の幕開けです！

ニット帽作り

曜日限定、ご希望者を募り、ニット帽作りが始まりました。簡単に出来る器具を使ってクルクルと皆さん真剣。ニットの貴公子(男性)も参加です♪



2月の床屋さん 15(月)、18(木)、19(金)、20(土)