

自主トレーニング



個別のメニュー
をしているよ



作品づくり



4月は花のリース
を作ったよ。春ら
しくていいね！

運動器機能向上プログラム

平行棒での
歩行練習中！



喫茶



和菓子か
洋菓子を
選べるよ



【豆知識や自宅で行える体操のコーナー】



タオルギャザー 歩く際にしっかりと踏ん張る力を養い、ふらつきをなくすための運動を紹介します。簡単な運動ですが、やってみるとなかなか難しいのでお家で挑戦してみてください。

座った状態でタオルを広げ、足指でタオルをたぐりよせます。しっかり足指を屈曲させて行いましょう。

デイケアでの1日の流れ



○空き状況 空き充分… 😊 空きわずか… 😞 空きなし… ☹️

月	火	水	木	金	土
😞	😞	😊	😊	😊	😞

※ただし、空き状況は流動的なため、まずは下記にお電話を！！

・ご利用申し込み、お問い合わせ等は
医療法人医仁会 介護老人保健施設まほろば

通所リハビリテーション担当：井阪まで TEL：072-958-6655
(受付時間：月曜日～土曜日 9：00～17：00)