

通所リハだより11月

平成30年 11月 1日
大分豊寿苑 通所リハビリテーション
作成者 藤原・古賀・黒木・村上



10月15日～20日まで1週間運動会を開催しました！大玉転がしと玉入れを行いました。みなさん日頃のリハビリの成果を発揮し、毎日白熱した戦いが繰り広げられました。



リハビリ機器紹介

ニューステップ

全身を使って歩行に近い動きで有酸素運動を行う事が出来ます。

足のみでなく手も使える為、疲れた部位を他の体の部位で補いながら有酸素運動を行えます。

この機器に限った事ではありませんが、運動の際は大きく体を動かす事でより良い効果が期待できます。



～11月の行事～(予定)

11月22日(木) ボランティア
来苑

～12月の行事～(予定)

12月16日(日) クリスマス会

～お知らせ～

12月31日から1月2日まで
年末年始でお休みさせていただきます。