

通所リハだより4月

大分豊寿苑 通所リハビリテーション
作成者 藤原・熊谷・村上

3月のレク活動

コロナウイルスの影響により催し物が中止になっていますが通所リハビリでは様々なレク活動を行っています。レク活動に関して「こんな事がしてみたい」等の意見がございましたら、是非職員に教えて下さい。

季節の変わり目で寒暖差が激しい日が続いていますのでコロナや風邪予防の為に**外出後は手洗い・うがいを徹底**し、元気に過ごして行きましょう。

① ボッチャ



② パットゴルフ



今月は
こんなことを
しました。

③ 魚釣りゲーム



④ 風船バレー



！お知らせ！

TRXトレーニングの運動内容を一部変更を予定しています。より多くの利用者様が効率よく身体機能の維持向上を目指せるように、運動内容を考えています。TRXトレーニングに慣れてきた方々も、少し気になっているけどやった事がない方も1日1回、全身を動かしてみませんか？

カラオケと

映画カフェについて

毎日のカラオケと土曜日の映画カフェは、コロナウイルスの影響でしばらくの間お休みさせていただきます。お休み中は日替わりでレクリエーションを検討して行っていくので、ご参加お待ちしております。

座位10分 立位10分

約20分間の運動です。

