

令和7年
9月号

デイケア通信

～ 長野病院通所リハビリテーション～



ごあいさつ

皆さま こんにちは！

長野病院通所リハビリテーションです。

朝夕は少しずつ過ごしやすい気温になってきましたね。

夏の疲れが出やすい時期ですので、しっかり栄養を摂って過ごしましょう。

今月号では、8/7(木)に行った『ヨーヨー釣り』、

8/13(水)に行った『かき氷作り』の様子をお届けします。長野病院

ホームページやInstagramでもイベントの様子を随時更新していますので、

下記のQRコードからぜひご覧ください！！

スイカ投げ
ゲームも
しました！



リハビリ体操

長野病院リハビリテーション部で行っている体操をご紹介します！

リズム体操

－体操の手順

1. 手を前に伸ばし、グー、チョキ、パー、キツネ…の順にリズムよく手の形を変え、繰り返します



2. グー、キツネ、パー、キツネ…の順でもやってみましょう

－リハの先生からひとこと

今回は最近デイケアで取り入れているリズム体操をご紹介します。
脳が活性化して、認知症予防や集中力アップにつながりますよ！
「グー、チョキ、パー、キツネ」と声を出しながら、自分のペースで
楽しくやってみましょう！

足踏みをしながら手を動かすと、
より効果が期待できます！

日常の様子



屋台風ゲーム
ヨーヨー釣り



たくさん釣れたほうが勝ち！



狙って…

釣れた！



うまい！

頑張れ～！



ひんやりおいしい
かき氷作り



きれいに
削れました



ゴリゴリ

力仕事です



シロップかけ放題

昼食のご紹介

8/13(水)



・ご飯
・鮭のちゃんちゃん焼き
・茄子と豚ミンチの炒め物
・キャベツの甘酢和え
・すまし汁
・バナナ

8/20(水)



・他人丼
・オイスターソース煮
・白菜の酢の物
・赤だし
・コーヒーゼリー

【9月のイベント】

22日(月)～24日(水) ----- 敬老会

25日(木)～27日(土) ----- お月見
だんごタワー

【詳しい情報はコチラ】



長野病院 HP



Instagram



お問い合わせ

長野病院通所リハビリテーション
〒719-1114
岡山県総社市金井戸150-1

0866-92-2372 (直通)

【サービス内容】

・ご自宅までの送迎
・健康チェック
・入浴
・昼食、お茶タイム
・口腔体操、口腔ケア
・作業活動
・パワーリハビリテーション
・カラオケ
・集団レクリエーション
・個別リハビリ
・各種体操 など

イベントは随時企画しています。
お気軽にお問い合わせください！！
お待ちしております～！！