

1月デイサービス便り

<http://www.kumamotokousei.jp> リバーサイド熊本

新年明けましておめでとうございます。今年は昨年以上に皆様楽しんでいただけるよう、職員一同、精一杯取り組んでまいります。今月は初詣を予定していますので、今年も健康でいい年になるよう祈願していただけたらと思います。それでは寒さが続いていますので、適度に身体も動かして、今月も元気に楽しく過ごしましょう。

四コマ漫画 ～初詣編～



通所に熱帯魚が入り、利用者様も興味津々! まだご覧になられていない方もぜひご覧ください!



今月の歌 お座敷小唄



リハビリ強化週間の様子



秋のショッピングの様子

平成26年 1月 活動予定表

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|-------------------|--------|----|-------------|------------|-------------------|-----------|
| 第一週 | | | | 1 元旦 お休み | 2 お休み | 3 カゴ入れ ピンポン | 4 お休み |
| 第二週 | 5 カゴ入れ ピンポン | 6 | 7 | 初詣 | | | 11 お休み |
| | | | | | 書道教室 | 生花教室 | |
| 第三週 | 12 | 13 成人式 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 お休み |
| | リハビリ強化週間 | | | | | | |
| 第四週 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 お休み |
| | | | | 雪合戦 | 足で コロコロ | パックマン ゲーム | |
| 第五週 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |
| | | | | 缶ユニカール | | | |

リハビリ職員(PT)からの一言 今回のテーマは「重ね着」について



衣類の保温性は、服の間に生まれる空気の層によるもので、たくさん重ねると空気の層がつぶれ、大した保温性が得られないそうです。概ね4枚までが保温の効果が高いと言われ、また頭部・首・手首・足首を温める事も重要です。衣類の素材も考慮し、保温を効果的に行いましょう。