

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



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			狙い撃ち ゲーム			

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。