



### 熊本駅に行ってきました!!

日曜日に熊本駅で新幹線見物とお買い物をしてきました!大きな駅のホームに圧倒されながらも興味津々な様子でホームを巡り、買い物も時間いっぱい楽しんでおられました。



### 今月のイベント

- 3日(日) のど自慢大会
- 7日(木) 七夕劇場
- 10日(日) 河内・芳野史跡探訪 その1
- 17日(日) 納涼祭
- 24日(日) 買い物ツアー
- 31日(日) 大演芸会

### リハだより

**杖について**  
筋力の低下や事故などにより正常に歩くことが難しくなった場合に補助的に使う道具です。  
目的は・・・  
弱くなった足の力を助ける。  
ふらつきを改善させ転倒を予防する。  
歩くときの疲れを減らす。  
歩くときの痛みを和らげる。などがあります。  
杖にはT字杖や松葉杖など様々な種類があります。また長さの調節なども専門的な知識が必要です。転ばぬ先の杖ともいって、転倒を防ぐには非常に効果があります。杖についてのご相談はPT金子までお願いいたします。



### 災害について

毎年台風や集中豪雨などにより洪水、土砂災害、落雷、竜巻などが多発しています。過去にない大雨・洪水・土砂災害、局地的集中豪雨(ゲリラ豪雨)が発生し、過去に発生したことのない場所でも内水氾濫、洪水、がけ崩れ、土石流の危険性が高まっています。テレビやラジオで情報を収集し、明るい時間帯に自主避難を行うように心がけましょう。

日	月	火	水	木	金	土	
26	27	28	29	30	1	2	
7月は目玉イベントが盛りだくさん! 夏休み特別企画実施中! ぜひご参加ください(*^_^*)						野球拳ゲーム	お休み
						3	
出演者募集! のど自慢大会	ぴったしウオッチゲーム	ぴったしウオッチゲーム	ぴったしウオッチゲーム	野球拳ゲーム 七夕劇場	野球拳ゲーム	お休み	
10	11	12	13	14	15		16
河内・芳野史跡探訪 その1	紙コップ的乗せゲーム	紙コップ的乗せゲーム	必殺!! 仕分け人ゲーム	必殺!! 仕分け人ゲーム	必殺!! 仕分け人ゲーム 俳句教室	お休み	
17	18	19	20	21	22		23
納涼祭	ミニ納涼祭	大玉・小玉ゲーム	大玉・小玉ゲーム	人間輪投げゲーム	人間輪投げゲーム	お休み	
ヨガ教室	健康体操						
24 大人気! 買い物ツアー	25	26	27	28	29	30	
31 大演芸会	野球拳ゲーム	野球拳ゲーム	野球拳ゲーム	ぴったしウオッチゲーム	ぴったしウオッチゲーム	お休み	
				そろばん教室	書道教室		

