

てんすい倶楽部

通所リハビリテーションだより

介護老人保健施設 てんすい倶楽部 ☎0968-71-5600

12月のテーマ・・・
「師走を乗り切る!!」

もう早いもので12月となり、年の瀬も押し迫ってきました。皆さん忙しい毎日をお過ごしのことと思います。今年の1年を振り返ってどうでしたか？体調管理に気をつけて、残り1ヶ月を元気に過ごし新年を迎えましょう。

下記の行事予定表通り、**年末は12月31日(火)**
年始は1月1日(水)、2日(木)までお休みとなり、
 営業開始は、1月3日(金)からとなっております。

！リハスタッフより！

「杖」について

多くの方が杖を利用されていますが、皆様の杖の高さは大丈夫でしょうか？

〈高さの合わせ方〉

- ①軽く肘を曲げた状態で握れる高さ
- ②気をつけ！の姿勢で床面から手首までの長さ

杖もいろいろな種類があり、ご利用者様によって異なる場合がありますので、杖についてのご相談はリハスタッフにお問い合わせください。

杖の長さの決め方
 30度
 15cm
 図1

4コマ漫画ははじめました。クリスマスにちなんだ内容でした。次回もお楽しみに() /
メリークリスマス てんすい倶楽部



足腰のいいとーして まらんて
 あら、うん
 サンタさん！
 てんすい 倶楽部の施設です！
 こらあ、チカラのつくばい！
 実は、私は理学療法士 だったのです！

作 ほたる家 甲斐友彰

12月の行事予定 今月の花・・・シクラメン 花言葉・・・はにかみ・内気

日	月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 創作活動 ご利益ゲーム	3 創作活動 キャップホッケー	4 創作活動 洋風生け花	5 創作活動 書道	6 創作活動 折り紙・手芸 カラオケ	7 創作活動 ラケットシュート
8 お休み	9 創作活動 キャップホッケー	10 創作活動 ご利益ゲーム	11 創作活動 俳句 ボーリング	12 創作活動 カラオケ	13 創作活動 頭の体操	14 創作活動 年末ふれあい交流会
15 お休み	16 創作活動 おやつ作り	17 創作活動 絵手紙	18 創作活動 玉水保育園 クリスマス交流会	19 創作活動 書道	20 創作活動 折り紙・手芸	21 創作活動 輪投げ
22 お休み	23 天皇誕生日 創作活動 頭の体操	24 創作活動 ボーリング	25 創作活動 ラケットシュート	26 創作活動 忘年会	27 創作活動 忘年会	28 創作活動 忘年会
29 お休み	30 創作活動 カラオケ	31 休業日	1月1日 元旦 休業日	1月2日 休業日	1月3日 創作活動 キャップホッケー	12月

●利用当日の欠席について・・・午前8時頃の電話連絡にてお願いいたします。 ☎0968-71-5600