



### 手のひらで太陽を！！

夏真っ盛り！燦々と太陽の輝く日が続いていますが皆様いかがお過ごしでしょうか？今回は7月に開催された夏祭り…より少し遡って、夏祭りで展示された手形クラフトの制作風景を紹介します！『暑い季節、熱い心で』のテーマにぴったりな大きな太陽を、利用者の皆様の手形で作ってもらいました！ご来場の皆様にも大変好評でした☆



### 7月 手形クラフト作成



### 今月のイベント！

『夏のお楽しみ会』

8月14日・15日

8月はお盆の時期…ですが、14、15日限定で「夏のお楽しみ会」を実施します！職員による余興や夏祭りに因んだレクリエーション等、楽しい催しを用意してお待ちしております。また、中旬ごろに藤扇会交流会も予定されています。お楽しみに！



今回は通所の取り組みとして実施された、塗り絵コンテストへの応募作品のご紹介です。普段より提供している脳トレのプリントの中から好きな絵を選んでいただき、塗っていただきました。応募作品という事で普段よりも集中して取り組んでいただきました。

### リハビリだより

#### 「杖について」

##### 1. 杖の目的

- ・足の筋力が弱くなったときの補助的な役割。
- ・歩くことが難しい方を助ける(補う)ための用具
- ・歩くときの体の支持やバランスを補う(安定性を高める)
- ・歩くときの速さを保つ ・歩くときの疲れを減らす
- ・歩くときの痛みを和らげる

##### 2. 杖を持つ手とその理由

杖は原則では健側、つまり怪我をしていない方に持ちます。  
理由: 支持性を高め、安定性を確保する。

##### 3. 杖の握り方

\* 良い例



\* 悪い例



月	火	水	木	金	土	日
	1 指のリハビリ	2 健康体操	3 カルチャー活動【書道】	4 腕のリハビリ	5 腕のリハビリ	6 お休み
7 カルチャー活動【俳句教室】	8 腕のリハビリ	9 健康体操	10 指のリハビリ	11 山の日	12 カルチャー活動【絵手紙】	13 お休み
14 足のリハビリ	15 腕のリハビリ	16 健康体操	17 カルチャー活動【書道】	18 カルチャー活動【洋風生け花】	19 足のリハビリ	20 お休み
21	22	23	24	25 折り紙手芸	26	27 お休み
<b>体力測定</b>						
28 足のリハビリ	29 カルチャー活動【絵手紙】	30 健康体操	31 腕のリハビリ	<b>葉月</b> <small>はづき</small> 旧暦の8月 今でいう所の9月～10月頃にあたる。 「葉落ち月」が転じたという説がある。		
厳しい暑さが続くこの季節。今年は寝ているときの熱中症も多いようです！寝る前と起きてすぐにコップ一杯の水を飲む。また、途中で目が覚めたときのために枕元に水分を置いておくだけでも効果的です。体を冷やすためのエアコンや扇風機も上手に使っていきましょう！				利用日当日の欠席につきましては、午前8時ごろの電話連絡にてお願いいたします。日々の様子をホームページ内のブログに掲載しております。是非ご覧になってください！ てんすい倶楽部: <a href="http://www.kumamotokousei.jp/tensui/">http://www.kumamotokousei.jp/tensui/</a> ブログURL: <a href="http://www.kumamotokousei.jp/blog/">http://www.kumamotokousei.jp/blog/</a>		

