

あおぞら さんぽ 10月号

入所に散歩



9月19日に入所フロアで『あおぞら祭2024』を開催しました。出店や神輿も用意して、夏祭りの雰囲気を感じてもらいました。職員によるソーラン節を披露し、利用者様もとても楽しかったと笑顔で喜ばれていました。また、これからも利用者様に楽しんで頂く企画を考えて参ります。お楽しみに！

デイケアに散歩



9月に手作りおやつ『かぼちゃのモンブラン』を作りました。スポンジにペースト状にしたかぼちゃを盛り付けし、おかしでトッピング♪ 個性的なおやつが出来上がり、おいしく頂きました☆
10月は敬老会
11月は手作りおやつを開催します
お楽しみに！



リハビリに散歩



これから冬の寒い季節に入り、外出機会が減ります。今回は、簡単に自宅でできる転倒予防の体操を紹介します。



かかとの上げ下げ

動かない椅子の背もたれに手を添え、両足のつま先を軸にかかとをゆっくり上げ下ろします。

膝伸ばし

背もたれのある椅子に座り、ゆっくりと膝を伸ばし、降ろします。



次回は、どこに散歩しようかな♪

社会医療法人 医真会 介護老人保健施設あおぞら

〒581-0036 八尾市沼1丁目41番地

TEL: 072-948-2545

編集: あおぞら広報委員会

いしんかい あおぞら

検索

