

松葉園～リハビリ通信～ 令和5年3月号

今月のリハビリ風景



※写真:左から
笠原、市川、後藤



しっかり、背中を伸ばしましょう!

～ショートステイのひとコマ～

ショートステイには、長いテーブルがあります。
普段は、そのテーブルでTV鑑賞をしたり、レクリエーション
をしたり、お話を楽しんだりして、過ごしています。

午前と午後に、1日2回、集団体操なども行っていますが、
座っている時間が長くなると、首、肩、腰が凝り固まって
しまいます。

リハビリでは、回数や時間を決めず、
合間時間を活用して、肩こり体操を
行っています♪数分の体操ですが、
「頭がスッキリする」と、好評です。

