

# 松葉園～リハビリ通信～

令和2年11月号

現在、3名のリハビリ専門職が皆様の身体や生活の支援をしています。

## 今月のリハビリ風景

※写真: 左から  
笠原、市川、後藤



胸を広げましょう



ゆっくり漕いでも足の運動になります



## ～ 生活の中でできるリハビリ パズル編～

生活の中でできるリハビリとして、今回はパズルをご紹介します。パズルの手順は①描かれている色や形を認識する②形に合う場所を探し出す③手先でピースを回転させて、ぴったり合うよう方向を合わせることです。一瞬のうちに判断し、次々にピースを片付ける動作は集中力が必要になってきます。また、パズルをやってみよう！と、なるには完成させたいという意欲がないと続けられません。デイサービスやショートステイでも何種類ものパズルを用意してあるので、是非挑戦してみてください。

