

# 松葉園～リハビリ通信～ 令和2年8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



胸を張って歩きましょう



足の浮腫みを予防します



### ～生活の中でできるリハビリ～

今回は普段の生活のなかでできるリハビリのひとつで、書字動作をご紹介します。

きれいに字を書く時必要になるのは、鉛筆を持つ指先の動きだけでなく、姿勢良く座るためのバランス感覚・筋力も使います。また、字を間違えないよう、心を落ち着かせること。どんな漢字だっけ？と、記憶をたどること。私たちはたくさんの心身機能を使って字を書いていることがわかります。

デイサービスの余暇時間に書字のほか、塗り絵や計算など提供させて頂いておりますので、是非、お試しください。

