

けやきの郷だより

サーキットトレーニング 5月18日～始動

サーキットトレーニングとは…
足を鍛える運動の次は胸を鍛える運動というように、異なる種類の運動等を順番に行うトレーニングです。短時間で様々な効果が出るように考えられた運動です。けやきの郷ではリハビリ専門職と連携して個々に合わせた効果的な運動を組み合わせ、無理なく安全に筋力トレーニングに取り組みます

がんばる〜

○筋力UP(いつまでも元気に歩ける足を！)

○生活動作の維持向上(自分の事は自分で出来るように！)

○体力の維持(病気に負けない！)



5月のお誕生日



端午の節句に菖蒲を頂きました

朝露を当てた菖蒲を頭に巻くと
邪気を払うと言われていました
その後、菖蒲湯を楽しみました♪



抹茶と団子で 新緑を味わう会



みんなで丸めて茹でました。
大好きなあんこを乗せて♡



けやきの窓からの
新緑を眺めながら頂きました
(^▽^)



6月の予定

毎週(月)(木)はサーキットトレーニングの日

- 6/ 1(月) 回想法「さんだ昔ね！」つと様
- 6/ 5(金) 音楽療法
- 6/17(水) 音楽療法
- 6/18(木) ふれあいサロン
- 6/21(日) にこここカフェ
- 6/23(火) 音楽療法
- 6/26(金) 音楽療法

来月の訪問カットの日…7月1日(水)

予定は時勢を鑑みて変更になる場合があります。

ジャガイモはまかせて♪



♠麦わら
ダンス♠

小規模多機能ってどんなところ？

入院中にお顔合わせをして、退院の次の日からけやきの郷をご利用されたH様。当初は、座位が保てず大きな車椅子で頭まで固定し食事をされていました、今は両手を離しても安定した姿勢で、ジャガイモを剥けるまで機能向上されました！

訪問では、けやきの郷の手作りの食事をご自宅にお届けし、ご主人さまと一緒に召し上がっていただいております♪

見学・相談 随時受付中☆
お気軽にご連絡ください



連絡先：079-558-7736 (担当：橋本/望月)

Eメール：keyaki-k@kiyoukai.com