

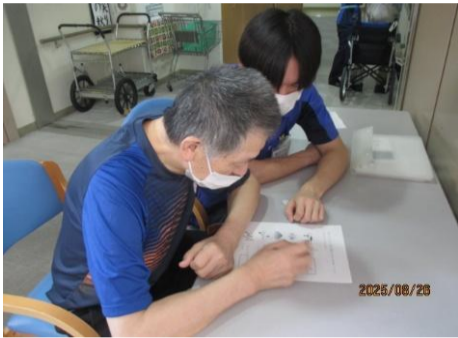


加賀のぞみ園 通所リハビリ新聞

厳しい残暑が続いています。日中と朝晩の気温差が激しくなってきましたね。夏の疲れも出てくることだと思いますが、睡眠と休息をとって、元気に過ごしていきましょう。

リハビリ課

利用者様と職員が一緒に脳トレに取り組んでいる様子です。



皆様お一人お一人と話し合いを重ねて、一番適したプランを一緒に考え提案している様子です。



☆リハビリ課便り☆

最近の体重の変動はいかがでしょう？

体重は筋力や生活とも関係しているため注意が必要です。

急激な体重減少 = 筋力の低下・歩きにくくなる等のリスク

急激な体重増加 = 関節や骨への負担増・痛みの増強等のリスク

体重は増えすぎても減りすぎても立ち上がりにくくなったり、歩きにくくなる等、生活へ影響を及ぼす可能性があります。

まずは、ご自分の体重の変化を意識することが重要です。

通所リハビリで測定している体重の変化を確認してみてください。

日々の通所内の様子



お一人お一人に合ったリハビリを考えて、一緒に寄り添いながら、活動している様子です。

黙々と自主トレに励んでいる皆様です。



～9月の行事予定～
敬老の日になんでの行事やのぞみ喫茶などを予定しております。
お楽しみに！！

皆さんいろんなことにチャレンジしています。



発行 加賀のぞみ園通所リハビリテーションセンター
所在地 加賀市南郷町3乙4番地
電話番号 0761-72-5211

のぞみ園グループの様子です♪

