

ほほえみ ニュース

令和5年4月5日発行

第257号

編集・構成・発行

公益財団法人湯浅報恩会 寿泉堂香久山病院

通所リハビリテーション

文責：後藤芳子

卯月

4月の和名は「卯月：うづき」と言います。
由来としては卯の花（白ウツギの花）の咲くころを
意味しますが、寒さが緩むと開花🌸🌸するそうで、
郡山では5～6月が目安のようです。



4月のレクリエーション予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
						直線玉入れ
2	3	4	5	6	7	8
	直線玉入れ	カップタワー	ボールの引越	次から次へ	カップタワー	タコ釣り
9	10	11	12	13	14	15
	次から次へ	ボールの引越	カップタワー	足で引っぱって	足で引っぱって	玉のこしゲーム
16	17	18	19	20	21	22
	創作	創作	創作	創作	創作	創作
23	24	25	26	27	28	29
	創作	創作	創作	創作	創作	

春の野菜の栄養について

『新ジャガイモ』は熱に強いビタミンCや水分が豊富！

身も皮も軟らかく、皮のまま栄養を漏れなく摂ることができます。

『新玉ねぎ』は疲労回復、血液サラサラに！

玉ねぎに含まれる硫化アリルという成分は、新陳代謝を活発にし、血液をサラサラにする効果が抜群です。

《 レクリエーション, リハビリテーション風景 》



『小集団リハビリテーション』

3月より、毎週土曜日に小集団の音楽体操を行なうようになりました。

「足と手が一緒に動いちゃうんだよ」などと

笑ったり、頭を悩ませながらみなさん頑張られています。

「ここで覚えたことは家でもやってるよ」という利用者さんも居られ、指導するセラピストさんたちもやる気満々です。

『 あられすくい 』

3月の季節行事

～ひな祭🎏～に寄せ

可愛いコットンボールをスプーンですくいあげます。

ドキドキ、ハラハラ(;^ω^)

目的は集中力・指先の機能向上です

