

広報紙

老健まんだ

平成28年11月号 Vol.40 / 奇数月20日発行

やさしいスタッフと
北山を彩る四季折々の自然の中
皆様の家庭への復帰をサポートします。
施設の見学やご利用については
お気軽にご連絡下さい。



発行元 / 社会福祉法人ほのぼの会 介護老人保健施設まんだ
〒691-0033 島根県出雲市万田町535番地1 (TEL 0853-63-5610)

リハビリ機器の紹介

～バランスビーム～

平均台のように細長い形で、素材の90%以上が空気のできた柔らかいマットです。この上でバランスをとることにより、私達が日頃から無意識に使っている「足指で地面をつかむ感覚」が使えず、その分ふだん使っていない「バランスをとろう」とする細かい筋肉を使うことができます。そのため、歩行バランスやステップの協調性回復・向上などに幅広く使えます。



右手が前

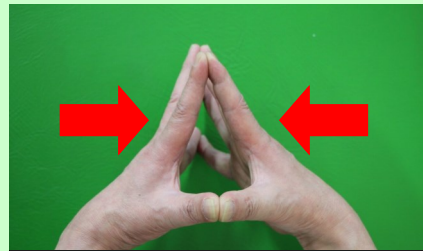


右手が後

左手と右手を組み換えます。



お互いに当たらないように親指を回します。



指と指とを押しつけます。

指の体操をしましょう。

今回は指の体操をしてみましょう。指の運動は、脳の働きを活発にすると言われています。脳の領域の広い範囲に指や手の領域があり、関連していると言われていす。認知症の予防などにもよく用いられることがあり、誰もがどこかで目にしたり、聞いたりしたことがあると思います。

行事予定 (12月)

- ◆ 理美容 (ハッピー号) 12月2日 (金) 終日
- ◆ 土江副理事長うたの会 12月5日 (月) 午後2時30分から
- ◆ 売店 12月14日 (水) 午後2時30分から
- ◆ 2階ふるさとクラブ (回想法) 12月28日 (水) 午後2時30分から
- ◆ お花同好会 12月15日 (木) 午後2時30分から
- ◆ お花同好会 12月20日 (火) 午後2時15分から
- ◆ 喫茶店 (2階パブリックスペース) 12月22日 (木) 午後2時30分から
- ◆ 久木方言同好会お話しボランティア (1階 回想法) 12月28日 (水) 午後2時30分から
- ◆ 行事予定 (1月)
- ◆ 理美容 (ハッピー号) 1月6日 (金) 終日
- ◆ 売店 1月11日 (水) 午後2時30分から
- ◆ 25日 (水) 午後2時30分から
- ◆ 土江副理事長うたの会 1月16日 (月) 午後2時30分から
- ◆ お花同好会 1月17日 (火) 午後2時15分から
- ◆ 大正琴演奏会 (山藍クラブ) 1月18日 (水) 午後2時30分から
- ◆ 2階ふるさとクラブ (回想法) 1月19日 (木) 午後2時30分から
- ◆ 喫茶店 (1階パブリックスペース) 1月24日 (火) 午後2時30分から
- ◆ 久木方言の会お話しボランティア (1階 回想法) 1月25日 (水) 午後2時30分から

※各行事には、「家族の方もお気軽に」参加下さい。