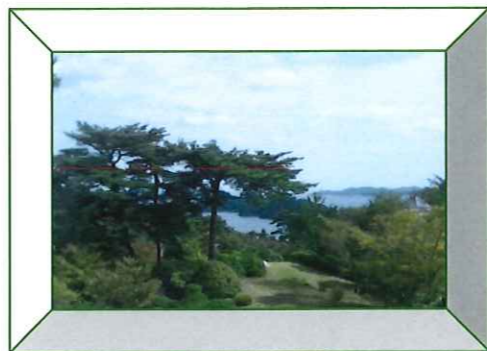


10月18・19日 利用者様 約40名と松島を  
ドライブし、ホテルで美味しいお食事を頂き、  
蒲鉾店で蒲鉾焼きを体験しました！



# やまと通信 11月号



## リハビリより

秋深くなり、紅葉も色濃くなってきました。読書の秋、食欲の秋、スポーツの秋…皆様どんな秋をお過ごしでしょうか？  
これから寒くなってくると、からだを動かす機会が減り、  
からだの痛みや不調を感じやすくなる人が多くなってきます。  
冬前の今、簡単な体操や筋力トレーニングなどを始める良い時期です。  
ラジオ体操などはもちろんですが、椅子からの立ち上がりなどの日常動作の反復も、立派なトレーニングになりますので、気軽に、出来ることから始めてみてはいかがでしょうか。

やまと塩電リハビリ 伊丹容子

昼食は、ホテルでお刺身御膳・ステーキ御膳のいずれか好きな方を頂き、皆様から「美味しいね！」の声がかえりました。

蒲鉾焼きは、初体験の方が多く  
少しずつ彫らむ蒲鉾に「わぁー」と声が上がりました。  
焼きあがった蒲鉾を食べて笑顔一杯でした。



11月の行事予定表						
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1日	2日	3日	4日
ゲームで盛り上がりよう！ かるた・玉入れ						
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
体を使おう！ 棒体操・ストレッチ体操						
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
頭を使おう！ 漢字・算数プリント						
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
手作りしよう！ クリスマスの飾り作り						
26日	27日	28日	29日	30日		
みんなで頑張ろう！ 壁画作成						

利用状況 8月31日現在							
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
A(10時~15時)	△	○	○	△	○	○	
B(9時~16時)	△	○	△	△	△	○	○

○:利用可能 △:定員残少数(お住まいの地域により要相談)

社会福祉法人 大和福寿会  
介護老人保健施設 やまと塩電  
通所リハビリテーション  
事業番号：0450380027  
〒985-0087 塩釜市伊保石 20-1  
TEL：022-363-3211  
FAX：022-361-8408  
HP：http://www.yamato.or.jp

