

# 松原営業所通信

2013年  
6月号



眠そうな南所長

6月に入り、暑さを感じる日が多くなってきましたね！雨の季節でもあり、外出の機会が減って運動不足になりがちではないでしょうか？

運動不足を解消し、憂鬱な気持ちを晴らすために、朝の運動だけでなく午後からも様々なリハビリやレクリエーションを皆様に提案していきたいと思っております！今月もよろしくお願ひします！



## 棒体操

手の指や手首の運動、  
バランス感覚など鍛えられます！



## ストレッチやマット運動等

筋力アップ、関節の可動域を広げる、体のバランスを整える等、体を元気にしたい人のための運動を行っています！



## 玉入れ競争、トランプ等のレクリエーション

行事を楽しみ、ストレスを発散することも、リハビリをしていく上で大事なことです！

皆様、熱心に参加して下さい、日々上達されています！

## ご利用状況

|   |  |  |
|---|--|--|
| 月 |  | 表の見方：<br>空きあり<br>空き少し<br>要相談<br>× 空きなし |
| 火 |  |  |
| 水 |  |  |
| 木 |  |  |
| 金 |  |  |
| 土 |  |  |

おどける南所長(笑)



「面白く顔こわ〜」ご利用者に言われ

松原営業所 〒580-0042 松原市松ヶ丘 3-4-10 FAX 072-339-2340

● ハートケア松原

TEL 072-338-2477 岩木

● デイセンター リハビリプラザ松原

TEL 072-339-2330 南

相談窓口：南

