

リハプラなでしこ通信 2018年7月号



自主トレポイント始めました!!

持点UP
 目指せ!! ⑥ 自転車漕ぎ 15分 何回やっても1ポイントです
 目指せ!! ⑤ 清軍運動 5分 何回やっても1ポイントです

マシンは1〜4まで、何回行っても1ポイントです。
目指せ!! マシン制覇
 何回やっても1ポイントです

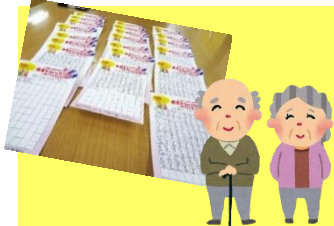


自主トレーニングが最近活気づいています!!
 ①〜⑦までの項目があり、その中から好きな項目を選び、体を動かして頂いています。1項目につき1ポイントのポイントがつき、最大で1日7ポイント貯まります。コツコツ貯めると…100ポイントで景品ゲット!!
 しんどい自主トレもゲーム感覚で楽しみながら取り組む事ができ、ご利用者から好評です!! 既に100ポイント達成者も出ており、昼食後は活気に溢れています。



POINT CARD

目指せ!! 足ふり運動 片足持ち 30秒
 片足持ちのバランス
 片足立ちのバランス
 足取りの歩み



歩行訓練



● 見学や体験は随時行っておりますので、どうぞお気軽にご連絡下さい。また、ご利用日の空き状況については下記をご参照ください。

午後訓練メニューとして歩行訓練を行っています!! 椅子から立ち上がったたり、普通の歩行、大股の歩行、小刻みな歩行を行います!! 実際に歩く動作を行う事で、バランス感覚を養います。訓練中はご利用者にも笑顔が見られ、楽しみながら取り組んで頂いております。

● 見学や体験は随時行っておりますので、どうぞお気軽にご連絡下さい。また、ご利用日の空き状況については下記をご参照ください。

空き状況 ○…空き有 △…ご相談ください

	月	火	水	木	金	土
デイ	△	△	△	△	△	△
入浴	△	△	△	△	△	△

松阪営業所 〒515-0075 三重県松阪市新町 810-1 FAX 0598-25-0016

● デイセンター リハビリプラザなでしこ TEL 0598-68-3743 山本
 ● まつさか整骨・鍼灸 TEL 0598-25-0015 角谷
 相談窓口：山本

