

令和1年12月号

<https://www.foryou.or.jp/>

紅葉の壁画作り♪



先月より作成しておりました、
「紅葉の壁画」が完成しました^-^♪
皆さま、熱心に手を動かして葉っぱを一枚一枚丁寧に切り貼りしてくださいました♪

はるみデイに新しい職員が入りました。
写真左：理学療法士の末吉職員！
写真右：作業療法士の濱田職員！
皆さまに楽しくリハビリ活動を行って
いただけるようがんばりますので、
今後ともよろしくお願ひいたします！！



新入職員の紹介です！

理学療法士によるリハビリコーナー！【頸部筋 前後】

◇首の筋肉のストレッチ！◇

- ①[後面]頭の後ろに手を置き、
下を向きます。
- ②[前面]顎を上げるように上を向きます。

【効果】肩こり改善・むくみの軽減
ストレスの緩和

※目標回数(1日) 20秒×2セット

注意点: 背中を曲げたり、反らせたりしないようにしましょう！



現在、当事業所では、ご利用者の活動サポートやお話し相手、特技披露、職員のお手伝いにご協力頂けるボランティアを募集中です。
はるみデイのボランティア活動にご関心がある方がいらっしゃいましたら、下記連絡先までご連絡下さい。よろしくお願ひします。

マイホームはるみデイサービス ☎03-3531-7635 担当：伊藤

