

小金井中央病院

通所リハビリ通信

通所リハビリに桜が咲いた！



春と言えばやっぱり「桜」！通所リハビリの室内でもお花見気分を味わって頂こうと、4月の行事は桜に因んだゲームを行いました。

模造紙に大きな桜の花を描き、花びらに書かれた点数目掛け、折り紙の桜を投げるゲームです。投げるごとに花が色付く様子はとても美しく、目でも楽しめるレクリエーションとなりました。

今年は開花が早く、あっという間に咲いては散っていった桜でしたが、レクリエーションを通し、もう一度お花見を楽しむことが出来ました。

来年の桜も楽しみですね！



端午の節句



5月5日は「こどもの日」。けれど大人も楽しんだって良いじゃない！と、言うことで、5月の行事は「鯉パクパクゲーム」を行いました。名前を聞くだけで童心に帰り、わくわくするようなレクリエーションです。

段ボールで大きな鯉を作り、口の中に色々な種類の玉を投げ、入れた個数を競いました。ボール投げは普段の自主トレメニューでもよく行っていることもあり、皆さん上手に投げていました。

時代の流れと共に、空に鯉のぼりが泳いでいる姿はなかなか見られなくなりましたが、通所リハビリならではの方法で季節を感じる事が出来ました。



口を狙って…



ちょっと遠いなあ～！



獲ったどーっ～！



全部いれてやる～！



スポーツ大会



通所リハビリでは、リハビリを兼ねた運動系の大きな行事を年に2回行っています。6月、今年初めての運動系行事である「スポーツ大会」を行いました。

1、2日目の種目は「野球」。可動式のテーブルや軽いバットの利用などで、どなたにでも出来るように工夫をしました。「かっ飛ばせ！〇〇さん！」の歓声の中、ホームランにボールが入ると大盛り上がり！参加しても応援しても楽しめるレクリエーションとなりました。

3、4日目は「バスケットボール」。ゴールにボールを入れるシンプルなルールですが、ボールを「風船」にすることであえて入りづらくし、やりがいやゴールに入った時の達成感を味わっていただきました。

5、6日目は「サッカー」。ゴール前の障害物としてペットボトルを用意し、レク係の職員とのじゃんけんに勝つと1本、あいこだと2本、負けると3本置きます。障害物を避けながらボールを蹴り、ゴールした回数を競いました。じゃんけんでの運試しから始まるルールは新鮮で、勝負の明暗が分かれる楽しい時間を過ごせました。

次の運動系行事である「秋の大運動会」に向けて、日々のリハビリに励むことが出来るよう、職員一同でサポートしていきたいと思えます。



ゴールに入れー🏀

ホームラン打つぞ🏆

入れるぞ〜🏈

作品部



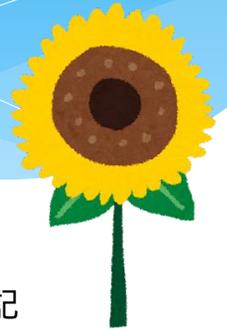
上手くできたよ❀



頑張ってます(^_^)



ここが難しいね😊



編集後記

空き状況 (2023年3月末日)

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	◎	◎

◎：余裕あり ○：空きあり △：残りわずか ×：空き無し



まだまだ暑い日が続きます。この時期、気になるのが、こもり熱による体温の上昇です。朝、日当たりの良い場所や暑い部屋で送迎車を待つ、冷房による冷えを警戒して厚着をし過ぎてしまう等が原因で、体調不良ではなくても体温が上がってしまうことがあります。

朝の送迎は涼しい場所でお待ち頂き、冷房対策は下着の重ね着ではなく、上着やひざ掛けなど利用して頂けますようお願いいたします。

脱水や熱中症に十分注意し、この暑さも皆さんで元気に乗り切りましょう！

《連絡先》

小金井中央病院 通所リハビリテーション

【電話番号】

0285-44-7000

【営業日】

月～土曜日

【営業時間】

8:00～17:00

【ホームページ】

<http://www.koganei-chuo-hp.com/>



上記のQRコードはスマートフォン等で読み取ると、通所リハビリテーションのページを見ることが出来ます。

季節のイベントなどの様子を見る事が出来ますので、是非ご覧ください。

