

ハートケア東大宮だより

発行：ハートケア東大宮 住所：埼玉県さいたま市見沼区風渡野45 TEL：048-682-6821



通所リハビリ



不定期で映画上映会を開催しています。皆さまとても懐かしんで、ご覧になっていました。

リハビリテーション科

寒くなると、体が縮こまり、猫背になっていませんか？

【肘回し体操】

両手を肩に置いて、肘でできるだけ大きく円を描きます。5回転を前まわし・後ろ回しにやってみましょう！



2階



令和4年10月に施設内の柿を収穫しました！新型コロナ感染対策を徹底し、安全に楽しく行事ができました！



栄養科

令和4年11月17日（木）昼食
～戦国武将物語 滋賀の陣・石田三成～と題し、石田三成の好物だった柿を使用したなますや滋賀県の郷土料理を提供しました。



3階



令和4年10月に巨大紙相撲大会を行いました。職員の予想以上に大盛り上がり！運動の秋に相応しい行事となりました。



施設よりお知らせ

コロナ禍で運動する機会が減っている方も多いかと思います。施設では、ご自宅で簡単にできる4分程の体操動画をホームページで公開しております。是非、動画を見ながらお試しください！

「ワンチーム」で貴方へのエスコートを!!

ここをクリック

