

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



令和5年10月20日(金)秋の大運動会を開催しました。利用者様も張り切って競技に参加してくださり、とても楽しい行事となりました。

リハビリテーション科

秋も深まり、肌寒くなりましたね。お腹の筋肉にしっかりと力を入れて、身体をぽかぽかできるようにSLR（足上げ運動）を実施してみましょう！

あおむけに寝て、ゆっくり足の上げ下げをしましょう！

左右10回を
午前・午後で実施しましょう！

2階

令和5年10月9日(月)大運動会を行いました。利用者様に玉入れや大玉を楽しんで頂きました。笑顔あふれる行事となりました！



栄養科

令和5年10月10(火) 昼食入所者様を対象に防災食訓練を行いました。当施設では災害時でも温かいご飯を提供できるよう防災食を備蓄し、通常の献立にも組み込んでいます。



3階

ボーリング大会



令和5年10月25日(水)3F 行事としてボーリング大会を行いました。ピンが倒れると皆さま大喜び！笑顔でご参加頂きました。大変楽しい行事となりました。

お喜楽カフェ開催のお知らせ

11月12日(日) 10:00~12:00
お喜楽カフェを開催いたします。
介護相談も可能です。
ご参加お待ちしております！

当日のスケジュール

- 9:30~10:00 受付
- 10:00~11:00 講演 排尿トラブル予防とその対応
～人には聞けないパッド、オムツの話～
- 11:00~11:30 体操 骨盤底筋へのアプローチと頭の体操
- 11:30~12:00 ティータイム

参加ご希望の方は、施設までご連絡をお願いいたします。