



通所リハビリ



9月5日(土) 敬老会を開催。ボランティア「エレクトーンサークル 花」の方が披露してくれた演奏や踊りに利用者様・職員も一緒に歌い踊り盛り上がりました。

2階



9月15日(火) 敬老会を開催しました！長寿の節目にあたる利用者様へお祝い状をお贈りしました。そのほか昭和世代の三択クイズを実施し、「懐かしい！」と好評でした。

3階



9月15日(火) 調理サークルを行いました。職員と一緒に一生懸命に混ぜて、捏ねて、それぞれの形に作り上げました。みんなで作ったおはぎは、とても美味しかったです。

リハビリテーション科

今回は座ったままできる足関節の運動をご紹介します！



【やり方】

- ・つま先、かかとを交互に上げる
(10回×3セット)

【ポイント】

- ・背筋を軽く伸ばす
- ・つま先、かかとを上げた時にそれぞれ3秒ずつキープ

栄養科

9月21日(月)昼食

皆様の健康と長寿を祝い、敬老の日のお祝い膳（赤飯、天ぷら、メロンなど）を提供しました♪おやつはケーキバイキングで好みのケーキを選んでいただきました😊💎



施設よりお知らせ

11月15日（日）

『お喜楽カフェハートケア東大宮』を開催いたします。

時間：10：00～12：00

さいたま市防災課より「はじめよう！我が家の防災対策（風水害）」の出前講座。また、リハビリ職員による体操、ティータイムや介護相談も受け付けます。

ご希望の方は、**11月7日（土）までに、お電話にてお申込み**ください。ご参加お待ちしております！