



介護老人保健施設 ホリスティカかまた 通所リハビリテーションだより



ホームページ



HOLISTICAKAMATA
Instagram

『春』がやってきた！！



今年の桜は、咲いたと思ったらあっという間に散ってしまった気がします。なんだか寂しい気持ちもしますね。4月上旬の初夏を思わせるようなぽかぽか陽気のなか、皆様でお花見散歩を楽しんできました。

ある利用者様が「在原業平の世の中に絶えて桜のなかりせば 春の心はのどけからまし〜の歌そのものだね」とつぶやいていました。「もし世の中に全く桜がなかったなら、桜の花が咲くのを待ち望んだり、散っていく事を悲しんだりすることもなく、春の人の心はもっとのどかだったろうに」という意味の歌です。それほどまでに心をざわつかせる桜の悩ましくも魅力的な姿、皆様充分満喫できたようです。



*お写真の掲示は利用者様から許可を頂いております

楽しく体を動かしましょう。

黙々と運動する事だけが『リハビリ』ではありません。体をねじる、座位バランスをとる、下肢の力を入れて踏ん張る、素早く判断する・・・様々な要素を含んだ「ピンポン玉送り」を行いました。



5月の予定

感染症予防のために、しっかりマスクをして、声を出さずにゲームをしました。早く大きな歓声を上げながらのゲームが出来るといいのですが・・・

脳足体操	足と頭を鍛えます。皆さん一緒に「にこにこニー (^^)」
機能訓練体操	上半身をしっかりと動かしましょう。心肺機能の改善にもつながります。
菖蒲湯	邪気を払う縁起湯です。血行促進効果もあります。
行楽弁当	いなり寿司、天ぷら 炊き合わせ 季節の果物。お出かけ気分を味わってください。
手作業	梅雨にちなんだ「吊るしびな」と紫陽花作成を予定しています。
6月のカレンダー作成	題材：父の日 紫陽花 かたつむり等
〇×クイズ	夏に向けての健康チェック。元気に暑い夏を迎えましょう。
畑の苗植え	何を植えるかはお楽しみです。

*詳細な日程は職員にお問い合わせください

職員のひとりごと

今回初めて書くので、私のことを少しでも皆さんに知って頂こうと思うので、この場を借りてお話ししたいと思います。私は川俣町の出身です。川俣と言えば川俣シャモや絹織物、山木屋太鼓などが有名かなと思います。その中でも川俣シャモは毎年『川俣シャモ祭り』が町の公民館で開催されます。そのお祭りにて私は過去2回「世界一長い川俣シャモの丸焼き」に参加しました。もし、ご興味があれば調べてみてください。私が写っている写真が出てくるとと思います。見つけましたら、通所にいらした際には是非お声がけください！

(伊藤 眞也)

社会医療法人福島厚生会 介護老人保健施設ホリスティカかまた 通所リハビリテーション

〒960-0102

福島市鎌田字門丈壇 4 番の 1 TEL : 024-552-5385 FAX : 024-552-5304