

巣南リハビリセンターデイケアたより7月



夏空がまぶしく感じられる頃となりました。日に日に暑さを増す時期です、少しでも具合が悪いと感じられたら無理をせず、涼しい場所で十分な休養をとり、暑い夏を乗り切りましょう。

熱中症に気をつけて!

エアコン、扇風機を上手に利用しましょう。

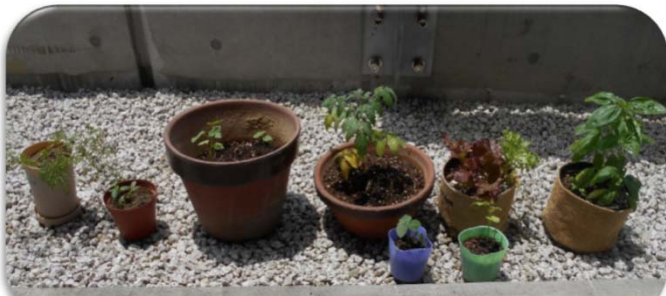
こまめに水分補給をしましょう。

「体調がおかしい」と思ったら誰かに相談しましょう。

こんな日は熱中症に注意!

- 気温が高い
- 風が弱い
- 湿度が高い
- 急に暑くなった

熱中症は室内でも多く発生しています!



人参・トマトなど、大きく育ってきました!!



楽しく音楽療法♪♪



日	月	火	水	木	金	土
床屋:6日(月)・7日(火)・9日(木)・11日(土)・13日(月)~15日(水)			1	2	3	4
			DAM体操・歌(口腔)	DAM体操・歌(上肢)	DAM体操・歌(下肢)	DAM体操・歌(ストレッチ)
5	6	7	8	9	10	11
お休み	歌・棒体操(上肢)	歌・棒体操(下肢)	歌・棒体操(可動域)	歌・棒体操(上肢)	歌・棒体操(下肢)	音楽療法
12	13	14	15	16	17	18
お休み	セラバンド体操(上肢)	セラバンド体操(下肢)	セラバンド体操(可動域)	セラバンド体操(上肢)	セラバンド体操(下肢)	セラバンド体操(可動域)
19	20	21	22	23	24	25
お休み	DAM体操・歌(上肢)	DAM体操・歌(下肢)	DAM体操・歌(ストレッチ)	音楽療法	DAM体操・歌(口腔)	DAM体操・歌(上肢)
26	27	28	29	30	31	
お休み	歌・棒体操(上肢)	歌・棒体操(下肢)	音楽療法	歌・棒体操(上肢)	歌・棒体操(下肢)	

