

等々力の家デイ新聞

担当 外池

平成28年9月

残暑お見舞い申し上げます。
八月も終わりに近づき立秋とはいえ、連日の猛暑にいささか参っておりますが、皆さまにはいかがお過ごしでしょうか。
残暑厳しき折り、どうぞご自愛くださいますようお願いいたします。

今月はイベント満載。すべて載せる事が出来ませんでした。ごめんなさい。

今月のイベント

スイカ大好き。丸ごと食べちゃおう。

第4回スイカ割り大会

右、左？どっち。教えて。

天下無双の構え。えい！ヤッター

甘いスイカだね。もう1個ちょうだい。

都市大琴部演奏会



琴の音色は心が落ち着きますね。私も習おうかな。

都市大茶道部



茶道とは？
ワビ・サビの世界じゃ！
心豊かに茶を楽しむのじゃ。
利休

ギター演奏会



いつ聞いても、渋いですね～。
息もピッタリ。良かったです。

バイオリン演奏会

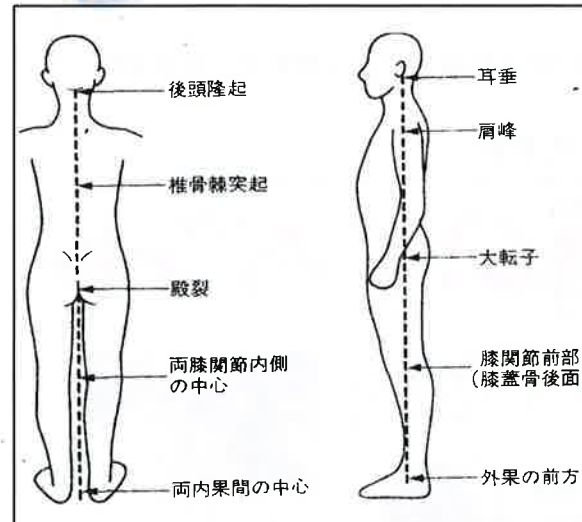
こんにちは。ナース川口です。
バイオリン美しい音色ですね。私と同じで繊細。ウン～



機能訓練：理学療法士 高江洲の健康ワンポイントアドバイス



前号は都合によりお休みして申し訳ございませんでした。
今号からまた宜しくお願いします。



今月のワンポイントアドバイス。

リハビリ中によく「私 腰曲がっていない？」とか「私 真っ直ぐ立ててる？」と聞く方がいらっしやいます。
そこで今回は我々が姿勢を見る時にどこを指標にしているかをお伝えします。
まず背面から見て後頭部の骨(首の真上)、背骨のライン、お尻の割れ目、左右の足のうちくるぶしの間に重心が通っているか。
次に横から見て、頭頂部(頭のてっぺん)、耳たぶ、肩、骨盤、膝関節(やや前より)、外くるぶしのやや前に重心線が通っているか。
以上を確認しながら姿勢を見極めていきます。



皆さん時々ホームページを見て下さい。
私の可愛らし写真が載っていますよ。
これはスイカが大きいのではなく、私の顔が小さいのです。ウツリ～

趣味・サークル活動



趣味・サークル活動、募集しています。
ハーモニカの先生とのコラボよかったですね。腕をみがいてまたよろしくお願いします。



生活基盤サービス



遊歩倶楽部活動報告

平成28年7月の月間優秀者発表

1位	古谷 英三郎様	321往復 (16.05Km)
2位	高塚 一様	155往復 (7.75km)
3位	増田 伊共子様	105往復 (5.25km)



等々力の家デイホームでは電話・メールでの相談を承っております。
ご相談されたいことがありましたらお気軽にデイホームまでご連絡下さい。

TEL : 03-5752-0037

メール : todo-day@foryou.or.jp

<http://todoroki.foryou.or.jp>

よろしければホームページもご覧下さい！