

等々力の家デイ新聞

平成28年6月

担当 外池

各地で梅雨入りのニュースが報じられていますが、関東の水瓶のダムには水が半分以下しか無くカラ梅雨のようです。衣替えをする方も多い季節でもあり、春の装いから夏服に変わり初夏を感じさせる今日この頃。水不足ではありますが、こまめな水分摂取を心がけてください。今月も皆様に楽しんで頂ける企画を考えていきます。

ふるさと小太郎・アベトモ歌謡ショー



ふるさと小太郎さん、アベトモさんいつも素敵な歌声ありがとうございます。今回、ご利用者の誕生日会と一緒に祝ってくれました。また来てくださいね。アベトモ待望のCD発売中！買ってね。

共立女子大生が現場実習に来ました



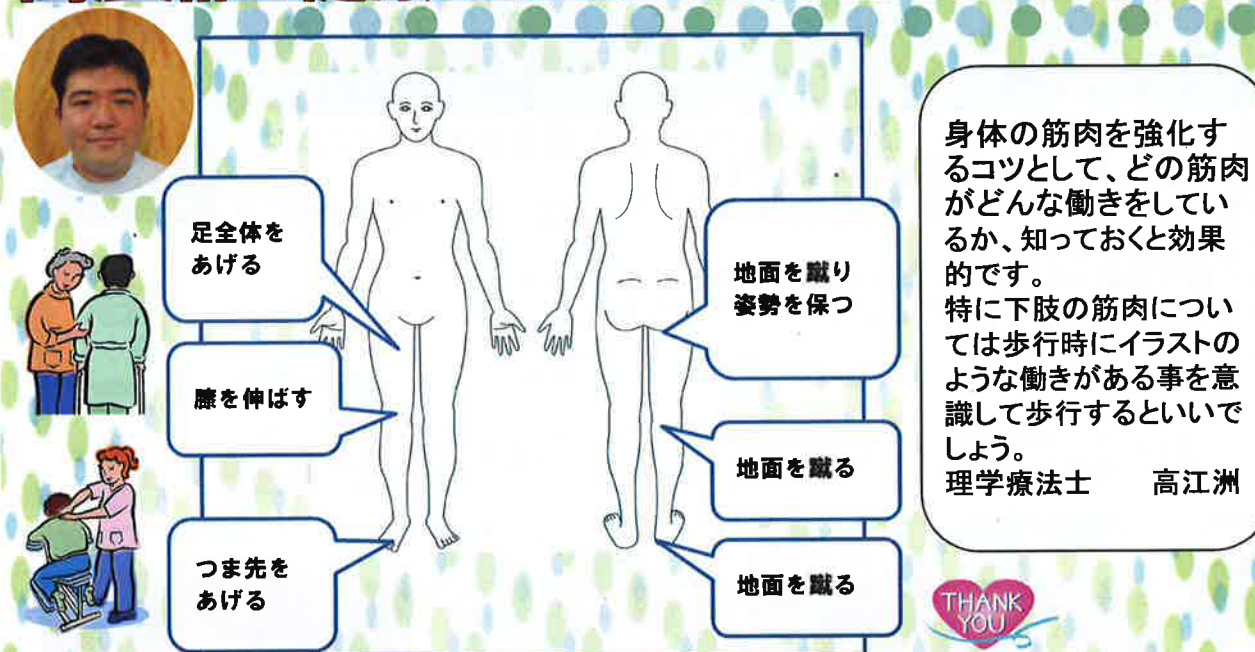
実習はいかがでしたか？体操をしたり踊ったりお疲れ様です。これからも頑張ってください。

等々力の家で地域合同消防訓練をしました



デイホームでは鈴木センター長と梅原・畠中職員が訓練に参加。私たちが皆さんを守ります。

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



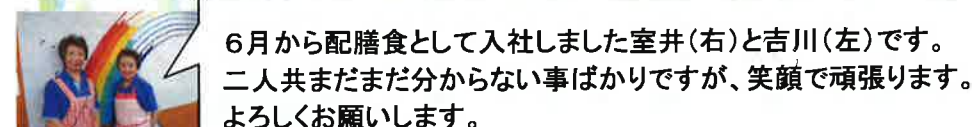
足全体をあげる
腰を伸ばす
つま先をあげる
地面を蹴り姿勢を保つ
地面を蹴る
地面を蹴る

身体の筋肉を強化するコツとして、どの筋肉がどんな働きをしているか、知っておくと効果的です。特に下肢の筋肉については歩行時にイラストのような働きがある事を意識して歩行するといでしょう。
理学療法士 高江洲

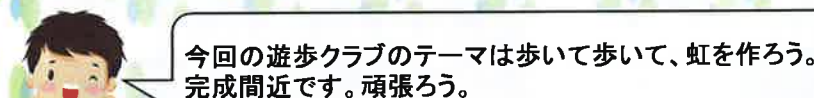
生活基盤サービス



新人紹介



6月から配膳食として入社しました室井(右)と吉川(左)です。二人共まだまだ分からない事ばかりですが、笑顔で頑張ります。よろしくお願いします。



今回の遊歩クラブのテーマは歩いて歩いて、虹を作ろう。完成間近です。頑張ろう。

遊歩倶楽部活動報告

平成28年4月の月間優秀者発表

1位	高塚	一様	280往復 (14.0Km)
2位	古谷	英三郎様	260往復 (13.0km)
3位	増田	伊共子様	90往復 (4.5km)

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!