



月刊 ふえ〜れ〜

第14号：H31.1 発行

インフルエンザが全国的に大流行してきているこの季節。皆様は感染症対策はバッチリでしょうか？山田デイサービスでは手洗いとうがいの徹底に加え、除菌スプレーを散布するなどして対策中！全員が安心してこのシーズンを無事に過ごせますように☆さて、2月は節分やバレンタインなどイベント盛りだくさんですね！今月も笑って笑って涙して、みんなで楽しんでいきましょう(*^^)v

今月のリハビリの様子



お茶碗洗いで家事訓練！
手指の運動にも繋がります！



男性もここまで足が上がるように♪
今では足が上がるのが自慢です♪



「家の近くを久しぶりに散歩したい」
という希望に合わせ、地域でリハビリ！

ニュース！！

山田リハビリデイサービス隣「山田共同売店」のお得情報！ (実は内緒にしたいほどww)

今年から看板や外装がリニューアルし、地域の方や道行く観光のお客さんが増えた山田共同売店ですが……実は、..

16時から弁当&おにぎり類が半額になるのです！！「夕飯作るのが難儀～」ってときに重宝しますよ！



←早い者勝ち！この日は残り1個でした。

地元民が作った野菜なども充実してます→



ぜひ山田共同売店に立ち寄りながら、山田リハビリデイサービスセンターにも見学にいらしてくださいね！(^^)!

今月のオススメ豆知識

風邪予防、もしくは風邪をひいたときに気にしないといけない環境…そう、湿度です！乾燥を防ぐことが、重要な風邪対策の一つ！でも「家加湿器がない！」といった家庭も多いと思います。今回は**加湿器が無くても湿度を上げられる工夫**をいくつか紹介します。体調を崩したら運動どころではないですからね～！！健康第一！！是非ともお試しあれ(-_-)/

- ① しぼったタオルや洗濯物を部屋に干す。
- ② 霧吹きなどで部屋に水を吹きかける。
- ③ 水を入れた洗面器などを部屋の隅に置いておく。
- ④ お風呂場のドアを開けておく。
- ⑤ 窓やテーブルを水拭きする。
- ⑥ 部屋でもマスクを着用する。



などなど、工夫次第で乾燥を防ぐことは可能ですので、是非ご参考に！

今月のリハビリ川柳

鬼は外〜
ついでに病気や
ケガも外〜♪

作成者



名前：新里 和也
職業：理学療法士
特技：ボール芸 (いつでも見せますよ)
一言：利用者様にムービーの作り方の助言を受けて、手作りしたら美味しく作れました(*^。^*)



医療法人 信愛会

山田リハビリデイサービスセンター

住所：沖縄県恩納村字山田 1300 番地

TEL：098-995-8385

無料体験も随時受付中。お気軽にご連絡下さい。