

えいせい通所の【桜】も満開です！

通所リハビリ科では、掲示物を利用者と職員が共同で作成しています。奥まった場所なので読者の皆様にはなかなか見ていただく機会が少ないですが、昨年の【鶴と亀】は見ていただけましたか？今年は大きな【桜の木】です。折る、切る、広げる、貼るという工程を、一人で出来る方や少しの援助で出来る方、皆さんで割り振ってお願いしました。



掲示物の作成以外にも、自宅での役割獲得（再開）ができるよう、湯飲み回収・洗い、タオルたたみ・運び、園芸・畑仕事など、職員と一緒にしています。



豊田えいせい病院
リハビリ新聞



2023年
4月28日
第48号

新しい職員の紹介！【前編】

今年のリハビリテーション部に新入職員が7人入職しました。2ヶ月にわたって紹介していきます。よろしくお願いいたします！



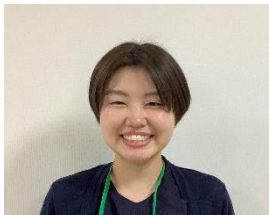
大城 佑馬
(理学療法士)



野末 有沙
(理学療法士)



松丸 季詩子
(理学療法士)



川久保 莉歩
(言語聴覚士)

肩こり対策 セルフストレッチ

4月となりました。新年度が始まり、新しい環境で過ごされる方も多いのではないのでしょうか？緊張して過ごし頑張り過ぎてしまうこともあるでしょうが、肩をはずらさずリラックスできる時間も持つようにしましょう♪頭が重い、身体がだるい、そんなときは下の図を参考に、ストレッチしてみてください。(痛みは注意)

①準備体操
肘回し10回



②首・肩のストレッチ 各20秒



首後ろが伸びる



肩甲骨が内側に寄る

③肩のストレッチ 左右20秒



縦に手を並べ、腰を引きながら胸を下げます。わきの下が伸びる～！

豊田えいせい病院は“ふるえ（振戦）”の治療を行っています。お困りの方がいらしたらご相談下さい！



豊田えいせい病院 リハビリテーション部

回復期リハビリ科 TEL : 0538-34-6123 FAX : 0538-34-6231
療 養リハビリ科 回復期リハビリ科と共通
包 括リハビリ科 回復期リハビリ科と共通
通 所リハビリ科 TEL : 0538-34-6223 FAX : 0538-34-6222
訪 問リハビリ科 TEL : 0538-34-6137 FAX : 0538-34-6231