

ほほえみ通信

vol.46
秋冬号

西宮協立デイケアセンター ほほえみ
西宮市津門呉羽町 10-13
tel.0798-36-6780 fax.0798-36-6766

西宮協立デイケアセンター 第2ほほえみ
西宮市津門呉羽町 9-10 1F
tel.0798-33-3501 fax.0798-33-3502

西宮協立デイケアセンター ほほえみ



運動用のゴムひもはコチラ



作業物品置き場



フロアレイアウト変更で
移動しやすく、作業物品は
取りやすくなりました。

文・作業療法士 松末 果澄

いね！

配置変更により分らないことや使いにくい点などがあれば、お気軽にスタッフへたずねてくださいね！

ができると思います。

ご自分で取りに行くこと

からは、リハビリを兼ねて

取りやすくなりました。これ

また、作業物品置き場

は、1つの場所にコンパクトにまとめました。今まで取りにくかった物品もありましたが、取っ手付きのカゴにすることで取りやすくなりました。これからは、リハビリを兼ねてご自分で取りに行くことができると思います。

また、作業物品置き場は、1つの場所にコンパクトにまとめました。今まで取りにくかった物品もありましたが、取っ手付きのカゴにすることで取りやすくなりました。これからは、リハビリを兼ねてご自分で取りに行くことができると思います。

また、作業物品置き場は、1つの場所にコンパクトにまとめました。今まで取りにくかった物品もありましたが、取っ手付きのカゴにすることで取りやすくなりました。これからは、リハビリを兼ねてご自分で取りに行くことができると思います。

また、作業物品置き場は、1つの場所にコンパクトにまとめました。今まで取りにくかった物品もありましたが、取っ手付きのカゴにすることで取りやすくなりました。これからは、リハビリを兼ねてご自分で取りに行くことができると思います。

また、作業物品置き場は、1つの場所にコンパクトにまとめました。今まで取りにくかった物品もありましたが、取っ手付きのカゴにすることで取りやすくなりました。これからは、リハビリを兼ねてご自分で取りに行くことができると思います。

西宮協立デイケアセンター 第2ほほえみ



滑車運動マシンを導入しました。

滑車運動とは、腰掛けた状態で頭上の滑車に通したロープ両端のハンドルを握り交互に上げ下げする運動です。自分のペースで動かすため、関節の痛みを出さずに肩周りや腕全体（上肢）の運動ができます。上肢の関節可動域を改善するだけでなく、筋力アップや肩こりの改善、姿勢改善にも効果的です。ぜひ利用してみてください！

文・理学療法士 瓜谷 いず美

Facebook
更新中です。



お詫びと訂正 前号で、低栄養の基準値が BMI「20 以下」とありましたが、正しくは「18.5 未満」です。