

丸子の里 き☆ら☆り 通信

平成21年10月発行 第32号 《介護予防通所介護》 デイサービスセンター丸子の里

エイサー
ヤアラー



長田西自治会連合会 敬老会



デイサービスセンター丸子の里『きらり』も参加させていただき、介護予防の運動を一緒に行ない、楽しい時間を皆様と過ごしました。デイサービスセンター丸子の里では介護予防の普及に力を入れておりますので、お気軽に出張リハビリご相談ください。



大石道場 極真空手

きらり職員宮崎さん率いる空手チビツ子軍団が空手の組み手を見せて下さいました。

普段の厳しい練習の成果を披露され、大変盛り上がりました。かわいい姿に皆様大喜び！大石道場の皆様ありがとうございました。

寿 きらり敬老週間

敬老おめでとうございます。

職員手作りのプレゼントを喜んでいただき、ありがとうございます。

気持ちを込めて1針、1針作りました。皆様の笑顔がとても嬉しいです。



はつらつ！ 生き生き！

運動で丈夫な身体づくり！！

水平開き

ローイング



背筋が伸びて
気持ちいい～

効果・・・猫背の予防・改善姿勢が良くなります。

日常生活では・・・洗濯の物干しや荷物運びが楽になります。姿勢がよくなることで正しい姿勢で食事が食べられ、飲み込みも良くなります。体も疲れにくくなります。

お問い合わせご相談はお気軽にお電話下さい

デイサービスセンター丸子の里 きらり TEL 054-257-5303

FAX 054-257-5308

予防型 担当： 和田・宮崎

