



秋の運動会

選手宣誓!!

事業所間 交流

回答者の 2番だろ

共通し&玉入れ

みんなで考えました

寒さも厳しくなり、霜が降りる季節になりました。お身体の調子はいかがでしょう? 今回のデイ通信は10月に行いました、秋の運動会と事業所間 交流会の様子をお届けします(*^▽^*)
秋と言えば運動会!! 入場行進から選手宣誓(ー)/ 玉入れや応援合戦と共通しなど多くの種目を日頃のハビリの成果もあって、皆様ハツフルに実施されました(*▽) 昼食はお弁当を用意して、「運動会はやっぱりお弁当ね」としっかり栄養も補給しました。そして、初の試みである法人内にある各5つの事業所をオンラインで繋いでのクイズ大会を実施しました☆ 多くのご参加ありがとうございました(*▽*)
12月も楽しい行事を予定しております。風邪などひかれませんように元気にご参加くださいね!

熊本県 難読地名クイズ

さてさて今回もいろいろな市からの出題です!!
今回も初めて聞く地名ばかりで読めませんでした...
ぜひ読めるか挑戦してみてください(0)

- ① 鼠蔵(八代市)
- ② 烏ヶ江(熊本市東区)
- ③ 莎崎(熊本市南区)

答えは脳トシの時間に...

ワンポイントリハ

これだけは押さえよう

安全な椅子への座り方

椅子へ座る動作は日常生活の中の様々な場面で必要な動作です。座る動作で勢いよくドスンと座ると圧迫骨折の危険性が高くなります。また、着座不十分であった際には転倒リスクも考えられますので注意をお願いします。

*** 安定した座位姿勢のポイント**
→ 座骨で座ることを意識しましょう。
椅子に座って体を前後に揺らして、一番椅子に当たるところが**座骨**です。
正しい姿勢で座ると...

- 良い姿勢のメリット
冷え性・肩や首の凝り改善、呼吸が整う、精神面の安定等を図る事が出来ます。

詳しくは、理学療法士の西迫まで。

理学療法士 西迫

今月の目玉イベント

- 3日 シネマ & 書道教室
- 10日 料理の鉄人
- 12日 キーホルダー作り
- 17日 12月合同誕生会
- 24日 クリスマス会
- 27日 餅つき & 忘年会
- 31日 ゆく年くる年

日	月	火	水	木	金	土		
<p style="text-align: center;">新型コロナ感染対策について</p> <p>※新型コロナ感染対策として引き続き、手洗い・マスク着用をお願い致します。 送迎時同居ご家族の体調を確認させて頂いております。 感染防止の為に協力お願い致します。 インフルエンザも流行期となりました。体調管理にお気をつけください。</p>						1	2	お休み
<p style="text-align: center;">早いもので、今年も一か月となりました。本年も誠にありがとうございました。 寒さ厳しい時期ですが、お体に気をつけてよいお年をお迎えください。</p>						熊本県 難読地名クイズ	ポーリング	
3	4	5	6	7	8	9	お休み	
シネマ & 書道教室	国語・社会	国語・社会	言葉遊び・算数	熊本県 難読地名クイズ	言葉遊び・算数	ポーリング		
10	11	12	13	14	15	16	お休み	
料理の鉄人のめざせミシュランの星	国語・算数	国語・算数	熊本県 難読地名クイズ	しいとー・国語	しいとー・国語	ポーリング		
17	18	19	20	21	22	23	お休み	
12月合同誕生会	社会・算数	熊本県 難読地名クイズ	穴埋め・国語	言葉遊び・算数	穴埋め・国語	ポーリング		
24	25	26	27	28	29	30	お休み	
クリスマス会	熊本県 難読地名クイズ	言葉遊び・算数	餅つき & 忘年会	穴埋め・国語	国語・社会	ポーリング		
31	ゆく年くる年	輪投げ	輪投げ	ポーリング	ポーリング			