

でいけあ一瓦版



vol.229

介護老人保健施設エスペランサ

発行日 令和3年9月

今年の夏は、猛暑に始まり炎天下が続いたと思えば、お盆休みにかけて、毎日雨の日が続くなど変化のある気候でしたね。一向にコロナウイルス感染者の減る様子も見られていない状況が日々報告されています。皆様も自己の体調管理には気を付けて頂き元気に過ごしましょう。9月号は、現在**自立に向けて**デイで取り組んでいる様子を紹介させて頂きたいと思えます。①自己にて自動血圧の測定②パワーリハビリ①～⑥ エルゴメーター(自転車漕ぎ)③テレビ体操、日々スタッフと共に頑張っている様子を掲載しました。又質問等がありましたらご一報ください……



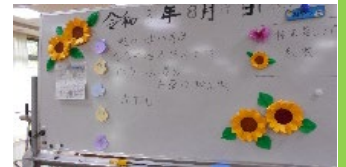
3階に異動します♥

デイケアの所属からこの度、3階に9/1付けで異動になりました。令和1年から一年半が経過し、皆様には、色々ご指導頂き有難うございました。1階で出会うと思いますので声をかけて下さいね。(角田)

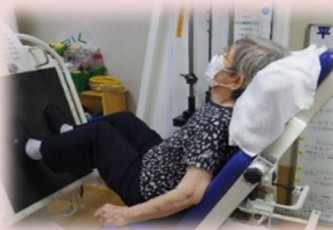


退職します👋

10年間、お世話になりました。8月31日を持って退職する事になりました。有難うございました。皆様も身体に気を付けて頑張ってください。又何処かでお会いしましょう。(吉井)



手作り壁紙



2番のリハビリ中



自動血圧計計測



テレビ体操中



脳トレプリント

パワーリハビリ



①胸筋・肩甲骨



②下肢全体の筋肉・立ち上がりの安定



③背筋・姿勢の維持
④内腿の筋肉強化



⑤⑥腹筋・姿勢の維持