

祝 敬老の日

長寿のお祝いをしました

いつも通所リハビリを利用してくださる皆様へ感謝の気持ちと、これからも元気に過ごしていただけるように

長寿の祈りを込めて、ささやかながらプレゼントをお渡ししました。

今後も人生の先輩方から学びを得ながら、楽しいデイケアをつくっていきたいと思います！これからもどうぞよろしくお願いいたします！

まだまだ元気です！

デイケアの最高齢は **99歳** 🐢

99歳！
元気にリハビリ
がんばっています！



敬老の日には、長い間社会の為に尽くしてきた高齢者を敬い、長寿を祝うとともに、高齢者の福祉について関心を深め、そして高齢者が生活の向上に努めるよう促す、という気持ちが込められています。

リハビリ中の様子をご紹介します

【自転車エルゴメーター】
いつも朝一番から運動に励まれています!!



【バランス練習】
ご覧ください!!
見事なバランス力!
御年 **95歳** です!



転倒予防のための確認ポイント



- 電気コード コードは足がひっかかりやすく危険です。壁際へ寄せましょう。
- 敷物のへり 敷物がめくれると足がひっかかりやすくなります。固定テープ等で固定しましょう。
- 暗い場所 暗い場所は足元が見えにくいいため危険です。古い電球は早めに取り換える、夜間はセンサー式のライトをつけるなど工夫しましょう。

自宅の環境を見直して、転倒を予防しましょう！
そしてこけない体づくりは通所リハビリと一緒にがんばりましょう！

