

〈絶賛リハビリ活動中!〉



おもいきり  
足を伸ばして~



平行棒で  
バランス訓練



こりや  
気持ちがいいわー

トレーニングの合間に  
電気治療(干渉波)で  
ひと休み



筋膜リリースで  
背中もピーン!

個別のリハビリ風景



足上げは大変じゃー

体幹トレーニング!!!



一回20分!  
さあ、今日も気張って  
いくぞー



〈屋内活動〉

〈やはた歌い隊〉  
屋内活動 一番人気!  
ピアノ伴奏で大合唱  
演歌、童謡  
なんでも歌いますよ!

今月の『お役に立ちます!』

夏は注意! / 食べ物を放置しない!

1.食中毒の原因に!  
調理した食べ物や、冷蔵・冷凍保存が必要な食材は、常温で放置すると数時間で傷んでしまいます。



2.漬物の  
**常温保存も危険!**  
漬物も常温で放置すると傷みます。消費期限を確認し、未開封のものは高温・多湿を避け、涼しい場所で保存しましょう。

3. 鍋で作る料理は  
**食べる量だけ作る!**  
味噌汁や煮物など、鍋で煮込んで作る料理は、鍋の底の方で熱に強い食中毒菌が発生しやすく、夏は特に危険です。



〈屋外活動〉



八幡神社まで散歩しました。  
神社に到着して、ひと休み  
風が気持ちいいねー♪

◇やはた空き状況◇

	月	火	水	木	金	土
空き人数	4	3	3	5	3	2

行事予定

◇月間レクレーション◇

7/15(水)輪投げ

◇年間レクレーション◇

7/7(火)七夕祭り

「蔵カフェやはた」でお茶を  
7/24(金)予定

※体験、見学募集中です。  
相談員にご相談下さい。  
担当: 桑名