

# こんにちは！ハビリス西さわらぎです！！

新緑が美しい季節になりました。5月と言えば、ゴールデンウィーク、こどもの日・端午の節句、母の日、みどりの日、愛鳥週間、八十八夜・茶摘み…行事がたくさんですね(\*´▽`\*) コロナ禍の中ですが、楽しみましょう♪



# ハビリス 西さわらぎ たより



発行月 R3.5月

発信元  
(医)高島整形外科  
ハビリス西さわらぎ

vol. 105

近藤 真由美



ハビリスでは「アメブロ」でスタッフブログ行ってます。  
ハビリス西 さわらぎで検索してみてください。<http://ameba.jp>



## ハビリスの運動機器のご紹介

### ～ニューステップ～



- ・ニューステップは有酸素トレーニング、筋カトレーニングが座ったまま安全に行える訓練機です。
- ・上下肢の全身運動が可能のほか、下肢単独、上肢単独での運動も可能です。
- ・フットステップとハンドルレバーは連動しますので、麻痺のある方もご利用いただけます。
- ・シートは回転式のため、車椅子等からの移乗も簡単に行えます。



### ～利用者様の声～

・脚と腕の運動が出来るおかげで、よく動くようになった。脇の下が伸びて私にはこれが一番いいです。  
等のお声をいただいております(\*^▽^\*)



## 里庵での様子 ～レクリエーション～

### 創作レク



紐でみょうが結びを作成しました。  
上手に出来ました。(\*´▽`\*)



### おじゃみ 飛ばし



足にお手玉を乗せて、点数が書いてあるボードを狙います。  
上手に蹴って高得点を目指します♪



一日型サービスをご利用いただいている利用者様に、食後に楽しんでいただけるような様々なレクリエーションを準備しております(\*^-^\*)



4月は里庵の桜も満開になりました



### 壁飾りの 作成

あやめと藤の  
壁飾りを作成中



5月3日(月)～5日(水)は祝日のため、お休みになります。

よろしくお願い致します。

医)高島整形外科ホームページからもハビリス西の詳細をご覧ください。

また見学や体験利用、随時受付しております！  
お問い合わせは上記まで、お気軽にお電話ください♪

