

# 3月

## さくら館

### デイケア通信

発行日

平成 30 年 3 月 7 日

老人保健施設さくら館  
施設長 西村隆男



かわいいお雛  
様が完成☆



## 2月の行事だより

### 旭川冬まつり観光



ご自身のカメラで写真を(^\_^)



大きな雪像でしたね☆

久しぶりに冬まつりに行く利用者様も多く車内からでしたが大きな雪像や出店を皆さんで見てくださいました♪帰りには駅前の氷彫刻世界大会の氷像も見ることができました☆

## 塩ちゃんこ鍋



鶏団子、タラ、野菜など具だくさんの鍋をいただきました♪鍋に近い利用者様が遠い利用者様に鍋の具を取ってあげたりとみなさんでおいしくいただいている様子でした☆

## 詐欺に注意！！



防犯のDVDを皆さんで見ました

警察署より旭川市でも詐欺の被害が増えているため注意してほしいと防犯のDVDの貸し出しがあったため利用者様に見ていただきました。ご案内は連絡帳へはさんでいますので是非ご覧下さい。ATMへの振り込みの指示の電話、連絡を要請するハガキは詐欺ですので注意して下さい。

## リハビリ通信

最近の利用者様のリハビリの様子を紹介します☆



会話を楽しみながら楽しく運動しています♪

トレッドミルという歩く運動ができる機械と、エルゴメーターという自転車こぎの機械で有酸素運動を行っています。足の筋力向上と持久力向上を図り安定した歩行を継続できるようにそれぞれの利用者様に合わせた時間や強度を設定し行っています。



足の指を握ったり開いたり...

バランスマットで足の指の運動を行っています。立ち上がり時にふらつかない為にも指の力はとても大切です。スタッフと一緒に頑張っています☆

## <4月行事予定>

★4月12日(木)

おやつ: 和菓子バイキング

数種類の和菓子の中から好みの和菓子を選んでいただきます♪



<特別風呂>

4月18日(水): さくら湯

