



リハビリ通信～てくてく～

2024 年初夏号

梅雨入り前ですが、今年はまだ寒い時もあり、寒暖差に慣れるのに時間がかかりそうです。リハビリテーションGに入社した新人職員や再開された小グループ活動の紹介とコスモス楽寿苑ではソプラノ歌手によるライブが行われました。



精神科リハGより

木島病院

☆新入職員紹介☆

今年度は新しい仲間が2人増えましたので、紹介します。

Kさん



①趣味は何ですか？

バスケット・Youtube鑑賞

②好きな食べ物は？

カレー・寿司（サーモン）

③お休みの日は何をしていますか？
友達と買い物したり、旅行に行っています。運動するのも好きなのでジムに行くこともあります。

④OTになって頑張りたい事は？
たくさんの知識や技術を身に付け、患者様に寄り添いたいです。まだまだ分からないことが多いですが、よろしくお願いします。

Nさん



①趣味は何ですか？

ゲームをすること、バイクに乗ることです。

②好きな食べ物は？
カレーが好きです。

③お休みの日は何をしていますか？
1日ゲームをしたり、ツーリングに行きます。

④OTになって頑張りたい事は？
関わりやすいと思ってもらえるようなOTになりたいです。

小グループ活動が始まりました 楽しい園芸クラブ



玉ねぎを収穫しました



かわいなお花を育てています

～お願い～

園芸グループで枝豆やミニトマトなどを育てています。今後もいろいろな野菜を育てる予定です。実った野菜が無くなる事があります。建物周辺で育てている野菜は取らず、観賞のみをお願いします。

老人保健施設

コスモスリハビリGより

ボランティア活動をしている、ソプラノ歌手の方が来てくださいました♪

今年は桜の開花が遅く、苑でのお花見ドライブはつぼみのまま...

その無念を圧巻のうつくしい歌声で吹き飛ばしてくれました！



コスモスで人気の

- 演歌のハルウタ3選
- ☆夜桜お七(坂本冬美)
- ☆北国の春(千昌夫)
- ☆二輪草(川中美幸)

みなさんが好きな春の歌はなんですか？

毎年恒例♪豆ごはんの準備♪

みなさん、慣れた手つきであっという間にむき終わりました。



さすがです！翌日、とっても美味しい豆ごはんになりました♪

☆リハビリまめ知識<こむらがえり編>☆

運動中や寝ている時にこむらがえりが起こって痛い思いをしたことはありませんか？

こむらがえりはミネラルバランスの乱れからくる筋肉の異常な収縮が原因です。

そのほかにも、脱水や冷えも原因となるため食事に加え、寝る前にコップ1杯の水を

