

5月

りんごの里福寿園

通所リハだより

綺麗に咲きました

今年は雪解けが早く、どの地域も例年より早いお花見となりました。4月後半、車中からの花見となりましたが真人公園を一回り。ゆっくりと桜を眺め「やっぱり桜はいいな。みんな好きなんじゃないかな」と笑顔で話して下さる方もいらっしゃいました。もちろん桜は見事でしたが桜を見て笑顔になっている皆さんの顔が印象的なひと時でした。



利用者様が撮ってきて下さった写真です



今回のテーマは

転倒予防体操 です！

毎日の集団リハビリが先月より新しくなりました。その名の通り転倒予防が目的です。

「体幹の柔軟性」「下肢筋力の強化」「受け身をとる為の瞬発性」を身につけることを目指した内容となっています！

実施期間は4月から6月下旬まで。

たったの15分で大けがを防げるようになるかもしれませんよ！ぜひ一緒に取り組んでいきましょう。

もちろんご自宅でも継続することをお勧めします！

継続は力なり(^◇^)/



通所便りの担当が変更となりました。皆様の目に留まるような広報を目指したいと思っております。よろしくお願い致します。

あの頃の痕跡は今も

かつて湯沢市から羽後町間には羽後交通雄勝線という電気鉄道路線が通っていました。昭和3年の開通以来、住民の足として長らく活躍してきましたが、やがて自動車の普及などによる営業成績の悪化により昭和48年に全線廃止となりました。

昭和50年生まれの私は当時の様子を知る由もありませんが、小さい頃は、鉄橋などがまだ残っており、配線跡をたどっていくわくわく感から次第に羽後交通雄勝線に興味を持つようになりました。時代は流れ宅地造成や高速道路建設により、その痕跡は殆ど消滅してしまいましたが、終点桟駅跡は当時の車両が保存されております。この記事を読んで興味を持たれた方はぜひ一度足を運んでみて下さい。湯沢市出身、渡邊慎一でした。



New

新人紹介



4月から通所リハビリテーション課で働くことになりました柴田健一です。一日も早く仕事に慣れ、皆様と楽しく元気に過ごしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

今月の行事



1日(月) 寿司キャラバン

28日(木) お楽しみ会

(通所職員による出し物)

5月中旬 園芸活動

介護老人保健施設 りんごの里 福寿園
通所リハビリテーション

〒0109-0701

秋田県横手市増田町吉野字梨木塚 100-1 番地

Tel0182-45-3131 Fax0182-45-3300

HPアドレス <http://yokote-fukuzuyukai.jp/>

担当：小林・高橋