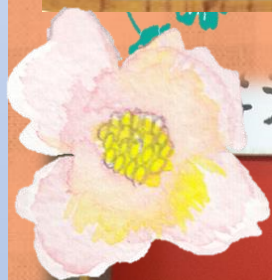


絵馬 ～健康長寿～



ついに今日も一日お元気で



皆様の願い事を絵馬に
して祈願しました。



機能訓練の様子

上肢機能 訓練

腕を上下に！



引いて伸ばして！

滑車を使った上肢の機能訓練の様子です。
腕の筋力アップ効果が期待できます。
肩・肘・手関節の関節可動域の維持・向上
上肢筋力の維持・向上
上肢の浮腫軽減
疼痛による肩こり等の緩和
血行改善 等々..

筋力アップ。

下肢機能 訓練

足をしっかり
伸ばそう！

足の屈伸運動の様子です。
下肢の筋力を増強することで
転倒予防や疲労軽減等々
様々な効果が期待できます。



膝の関節をなめらかに！

えがお行事予定のお知らせ

●お誕生日会 2/17 (木)

※ボランティア等の行事は新型コロナウィルスの影響により中止となります。