

# さくら便り

第17号 社会福祉法人 真寿会

〒321-2332 栃木県日光市大室863-7

TEL0288-26-4141 FAX0288-32-1233

URL <http://oomurosakuraen.jp/>

## 個別機能訓練再開しました。



7月から個別機能訓練を再開しました。訓練の内容ですが、①下肢筋力トレーニングとして、座位での腿上げ、踵上げ、足底伸ばし、膝の屈・伸展、膝にボールを挟んでの開閉など。②歩行の安定やバランス保持として、苑内・苑外での散歩、平行棒での歩行訓練、手すりでの立位訓練、腿上げ、踵上げ、屈伸など。③上肢筋力トレーニングとして、ハンドグリップ、エッググリップ、グーパー運動、母指対立運動、上肢の屈曲・伸展(船漕ぎ運動)、上肢の内転・外転、スリングでの前屈、開閉などのメニューがあります。

利用者の方の身体状況に応じて訓練内容を計画し、実施しております。

T.A様よりコメントをいただいております。スリングをやると腕のたるみがよくなりました。やっていると転んだ時助かります。体を守るためにとっさに腕がでるようになりました。

7月27日(土)に第10回大室さくら苑納涼祭が行われました。

今回は夕方から大雨、強風と雷の悪天候の中でしたが、例年と変わらず多くの方が来て下さり、お囃子や踊りの方が来場され、皆様に好評でとても楽しい時となりました。

納涼祭に参加された方からの声です。

K.K様 :いつも土日のショートステイを利用しています、大抵毎年のように参加しておりますが、楽しかったです。おでんも食べましたが美味しかったです。

K.M様 :今年は良かった。室内が広々と感じました。太鼓がなると動かないではいられないです。とても良かった。楽しかったです。

K.T様 :子供たちが太鼓をやっていたので一生懸命応援しました。

## 納涼祭



## もしもの時に備えて...

けんちん汁  
缶から鍋にあけて、  
温めて使用します。

水

ごはん、お粥  
湯煎して使用  
します。

ポークカレー  
パックから鍋にあけ温める  
か、湯煎で使用します。

ガスコンロ

とりのささみの水煮フレーク、  
さけのフレークです。  
そのまま使用できます。

大室さくら苑では、もしもの時の災害時に備えて、レトルト食品を備えています。

