



2023年5月号

西の京デイケア便り

VOL.19



青葉が吹き渡る快い風が吹く頃と
なりましたがご機嫌如何でしょうか？

5月は、ゴールデンウィーク、端午の節句、母の日、葵祭
と目白押し！皆さんも慌ただしくしていませんか？

新緑の清々しい若葉の季節、大いに英気を養って、
活動に勤しんでいきましょう！

お花見散歩

3月下旬から4月初旬にかけて桜を見に行きました！



皆さん、良い笑顔ですね！

場所はどこか分かりますか？



4月の創作活動



一生懸命、工夫し創作されています！



出来上がり！

5月に飾りますよ！お楽しみに！

リハビリ通信

今月は、デイケアで行っている
移動練習を紹介しますね！



セラピストと
平行棒で練習！



介護職員と
生活リハで歩く！



階段昇降練習中



平行棒内で
自主トレ

その他、屋外歩行や車椅子の自乗練習も
実施しています！お気軽に相談下さいね！





栄養士



桜の日にケーキをご提供いたしました！
季節を感じていただけるよう
桜の形が入っています。

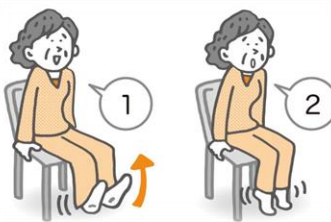
クリームの中に桜が見えますか？
なかなか気付く方はいませんでした...
分かった途端、「ほんまや！」と
皆さん声を上げておられました！



今月の体操！ 爪先上げ・踵上げ運動

- ①椅子に座ります
- ②踵を軸に爪先を上げます
- ③爪先を軸に踵を上げます

*②③はできるだけ
高く上げて下さい！

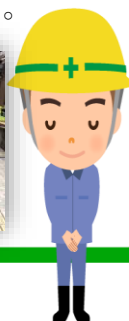


食事前に各10回ずつ行って習慣付けていきましょう！

膝から下の筋肉を鍛えますので、
転倒予防、歩行能力の改善、むくみ予防などの
効果がありますよ！！

おねがい

老人保健施設西の京では
4月中旬から9月中旬まで
外壁工事を行います。
ご迷惑をおかけしますが、
ご理解・ご協力の程よろしく
お願い申し上げます。



今号で西の京デイケア便りは第19号を発行する事ができました！

これも、皆様の応援あって
そして、嬉しいことが！
持参され、「私これ楽しみ
読んでくれていました。
「継続は力なり」



のものと感謝しています。
なんと！一人の利用者様が
「にしてんねん！」と目の前で
初号発行より1年7ヶ月…
ですね！



デイケア空き状況



	月	火	水	木	金	土
一日利用 (昼食あり、入浴なし)	△	○	△	○	△	△
一日利用 (昼食、入浴あり)	○	○	△	○	△	×
午前短時間利用 (昼食、入浴なし)	○	×	△	×	×	

◎空きあり ○空き少しあり △要相談 ×空き待ち

西の京デイケアのSNSを一度ご覧下さい！



←Youtube QRコード

↓パソコンからはこちら



西の京デイケア

検索



1:35 / 3:40



無料体験・見学受付中

お気軽にお問い合わせ下さい！
お待ちしております！

【お問い合わせ先】
西の京通所リハビリテーション

京都市中京区西ノ京小堀町16
TEL・FAX 075-821-3384

