

# リハビリプラザ 高槻だより

2025年11月号

## ビーズアクセサリー

ご利用者がご自宅から色んなビーズを持って来られ、いつもかわいいビーズアクセサリーを作っておられます。  
糸の代わりにモールを使い上手にビーズをモールに通しておられます。  
私たちスタッフにもビーズストラップを作って下さいました☆



## 11月カレンダー

今月は秋をイメージしたカレンダーになりました！  
折り紙でイチヨウや紅葉の形に切ったり、  
どんぐりやりすも折り紙で折りました。



裏面へ続く



## 要介護 1 のご利用者

### 目標

- ・ 買い物や喫茶店への外出を継続する。
- ・ 転倒なく生活できる。

90 歳代女性 数年前の春頃から右手の親指に力が入りにくくなり、手の先に痺れも感じるようになりました。病院を受診したところ、手根管症候群と診断されました。また、両肩にも痛みと動かしにくさがあり、主治医からデイサービスでのリハビリを勧められ、昨年 4 月からリハビリプラザ高槻の利用を始めました。

最初は痛みの出ない範囲で運動をスタート。スリング体操やマシントレーニング、座って行う体操などに積極的に参加され、少しずつ痛みも軽くなってきました。今では肩の動きも改善し、他動運動で 150 度ほどまで腕が上がるようになっています。これからも、体の機能を保ち、さらに元気に過ごすために、デイサービスでのリハビリを続けていく予定です。

さらに、運動だけでなく交流の時間も楽しんでいて、食後には喫茶スペースでコーヒーを飲み、カラオケを楽しむなど、毎日をいきいきと過ごされています。

### ご利用空き状況

リハビリプラザ高槻のご利用状況です。  
お気軽にお問合せください。

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	○

○…空き △…要相談

### クラブ活動も充実しています！

クラブ会員様を随時募集中です♪

ご興味をお持ちの方や、内容について詳しく知りたい方は、ぜひお気軽にお問合せください。お待ちしております！

	月	火	水	木	金	土
園 芸	●	●	●	●	●	●
将 棋					●	
書 道		●				
カラオケ	●	●	●	●	●	●
メドマー	●	●	●	●	●	●
飼育	●	●	●	●	●	●
ハンドメイド	●	●	●		●	●
編み物		●				
懐メロ歌謡	●	●	●	●	●	
スクラッチアート	●	●	●	●	●	
脳トレ		●				●
ヨ ガ	●	●	●	●	●	●
麻 雀	●	●	●	●		●
塗り絵	●	●	●	●	●	●
写 経				●		
トランプ						●
ジグソーパズル	●		●	●	●	
読 書	●			●		
アイロンビーズ	●		●		●	●
シネマ						●

