

# 月刊すこやか



## 2月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
<p>寒さも本番ですね。体調管理、感染対策をしっかり行い、2月も元気にリハビリを頑張っていきましょう。寒い時期は体が思うように動かず転倒のリスクが高くなります。動き出す前に一呼吸おいてゆっくりと動き出しましょう。</p>						
		<b>1</b> リハビリ体操 	<b>2</b> 動作体操 排泄動作 	<b>3</b> 節分祭 	<b>4</b> リズム体操 	<b>5</b> 頭の体操 (いとへん) 
<b>6</b>	<b>7</b> 書道教室 	<b>8</b> 頭の体操 しりとり 	<b>9</b> リズム体操 	<b>10</b> 動作体操 入浴動作 	<b>11</b> 通所休み	<b>12</b> コグニサイズ 
<b>13</b>	<b>14</b> 動作体操 整容動作 	<b>15</b> コグニサイズ 	<b>16</b> 健康教室 	<b>17</b> 頭の体操 	<b>18</b> えっちゃんの 折り紙教室 (ひな人形) 	<b>19</b> リズム体操 
<b>20</b>	<b>21</b> コグニサイズ 	<b>22</b> リハビリ体操 	<b>23</b> 通所休み	<b>24</b> 手作り教室 	<b>25</b> 頭の体操 	<b>26</b> リハビリ体操 
<b>27</b>	<b>28</b> リズム体操 	<p><b>2/11・2/23</b>は祝日の為、<b>お休み</b>です。 振替のご希望日がありましたらお早めにお知らせ下さい。 今月のアロマリラクゼーションは<b>2/3・9・18・22</b>です。 タクティールケアは<b>2/16・21</b>です。</p>				



介護老人保健施設 長寿苑通所リハビリテーション

(0956) 32-3800