



みんなで楽しくエクササイズ

2月22日は、にゃん・にゃん・にゃんで「猫の日」。2階専門棟では猫の日にちなんで、猫体操を行いました。手を丸めて猫が顔を洗う動きを再現したり、猫の鳴き声を真似したりとみなさん猫になりきって楽しく体操されました！長寿苑では、リハビリ施設として体操にも力を入れています。麻痺があり、あまり動けないと思っていた利用者様もみんなと一緒に体操をすると、驚くほどいつも以上に体を動かされます。利用者様の活動が広がるように、いろんなバリエーションの動画をみながら楽しく体操しています。継続は力なり。猫のようにしなやかな筋肉を作りましょう(^^)



通所リハビリカラオケ大会

利用者様からの熱いリクエストにお応えして、通所リハビリで約3年ぶりのカラオケ大会が開かれました。感染対策をしながらみなさん十八番を披露され、大好きなカラオケを楽しみました。10年ぶりにカラオケを楽しんだ方や3曲も歌った方など、歌好きの方にはたまらない1日となりました。利用者様の笑顔を見ると開催してよかったと心から思います。現在第2弾も企画しております。お楽しみに～(^^)♪

ひなまつり

3月3日はひな祭りですね。長寿苑の中にはいろんなお雛様がありますよ。特に通所リハビリに飾ってあるお雛様と手作りの吊るし雛がとても美しいです。通所リハビリでは、3月3日ひな祭りイベントを行います。ひな祭りの思い出をうかがったり、歌や体操を行う予定です！当日のランチとオヤツはひなちらし・桜餅をご用意しております。桃の節句は健康と厄除けを願うといわれています。体操や歌をうたって健康な体を作りましょう！

