

一步前進!

サンライフリハセンター通信 H31.2.15号

編み物をしています

作業療法として大きな効果が得られます
みなさんもぜひチャレンジして下さい



運動機能の改善

指先の感覚と手元が
狂わないように注意し
ながらの作業は運動に
もなります

不安やストレスが やわらぎます

一定のリズムで反復動作
を行うことで気持ちが
落ち着きます

自信や役割がもてる

誰かのために編む役割が
あったり、作品を褒めても
らえると自信が持てます



認知症の予防

脳全体を刺激したり、
経験者には昔を思い
出す効果もあります

2/14バレンタインチョコづくり



綿谷（介護員）が 産休育休に入ります

2/16～長いお休みを
いただきます。
出産予定日は3/31、
女の子の予定です♥
元気な赤ちゃんが産まれる
のを祈っててください!!

