

梅雨明けはまだのようですが、強い日差しの日もあります。  
水分不足にならないよう細かく水分補給を心掛けましょう。

## リハビリ



### セラバイタルティーゴの概要(ドイツ製)

すずらんの自転車漕ぎのトレーナーを紹介します。  
これは、内蔵モーターのペダル回転による他動運動、自動介助運動、抵抗運動まで行えるオールラウンダーです。特長は以下の通りで、利用者様に活用して頂いています。

- ◇足・股関節・ひざ関節を動かすことで、運動機能を高めます
- ◇自分の力でペダルをこげる方も、こげない方も利用できます
- ◇移乗せずに、車いすに座ったままトレーニングができます



### 【他動運動】

足を載せたペダルが、モーターの力で回転します(速度調節可能)。自分でペダルをこげない方も運動ができ、筋肉を動かし血流促進、関節可動域の訓練が行えます。

### 【自動介助運動】

モーターの補助を得ながら、自分の脚力でペダルこぎをします。左右で脚力の違う方もモーターの補助で運動ができます。

### 【抵抗運動】

自分の脚力でペダルこぎをします。負荷・速度を調整することで、筋力、筋持久力、体力の向上を行えます。

## すずらんレクリエーション

おはじきホッケーは、今回が初のレクリエーションです。利用者の皆様に喜んで頂けるように職員が考えました。いかがでしょうか。



おはじきホッケー



プッシュinボール



パットゴルフ

## 個別活動

箱作り



塗り絵



間違い探し



## 体操



ラジオ体操に始まり、日替わりで棒、鈴、セラバンド等を用いた体操を行なっています。

## お誕生日会



今月は6/14にお誕生日会を開催しました。おめでとうございます。これからも、お元気で過ごしてください。

