

桜の便りが次々に聞かれ、すっかり春らしい暖かい季節となりました。いつの間にかあさがおも10年目に突入しました。

今回から、リハビリのマシンの紹介をさせていただきます。実際にリハビリで行っている利用者様も多くいらっしゃると思います。どこにどんな効果があるのかを知ったうえで行くと、またリハビリに力はいりますね。29年度もどうぞよろしくお願い致します。

## カラオケ大会

3月23～25日に「あさがお」カラオケ大会を実施しました。熱唱に次ぐ熱唱!! 笑い有り、涙有り(?)とても楽しい時間を過ごしました。



## 誕生日会

今月は11名の方が誕生日を迎えられました。

**おめでとうございます!!**

来年も元気にお誕生日をお迎えてください。



## 手工芸

「あさがお」入所者様100歳記念のお祝い食です。



今月の手工芸は布を使ってコースターを作りました。会心の出来栄えにニッコリ(^o^)



## マシン紹介

身体機能向上のためのマシンについて、今回から紹介と説明をさせていただきます。

### レッグエクステンション



このマシンは太腿の前面を鍛える事が出来ます。運動機能としての効果も高く、特に立ち上がる、歩く、走るといった動作に、とても大きな効果が期待できます。

## 4月のイベント

☆ 傾聴ボランティア

4月6日 20日

☆ 誕生日会

4月10日 14日

☆ 音楽の広場

4月19日

