

ひろみだより 2026年 1 月号

医療法人社団 広見会
老健ひろみ
通所リハビリ
富士市大淵39-1
電話0545-21-6600



通所 お楽しみ会

2階・3階 お楽しみ会



プロシャンソン歌手の紗羽しゅうこ様による歌唱！
とてもたのしかったです★



リハビリテーション科から 運動のおすすめ

足指の屈伸 各指5回×3セット

足指を1本ずつつまみ、曲げた後、反らします。
※イスに座り、足を前にのせるとやりやすくなります。



爪もみ 各指3回

足指を1本ずつつまみ、爪の全体を10秒かけてもみます。
※イスに座り、足を前にのせるとやりやすくなります。



嚥下機能を鍛える

唾液腺を刺激してドライマウスと口臭を撃退！
口が潤うマッサージ



① 頬とこめかみに手を当て、くるとやさしく円を描きます。

令和7年12月17日に入所お楽しみ会が行われました。とても喜ばれていました！
寒さが一段と増してきます。インフルエンザや感染症対策に十分気を付けております！
今年も元気で笑顔で過ごしましょう！

3階介護福祉職 大崎

職員・ボランティア募集

お問い合わせ
事務局まで 21-6600

個人情報保護法について... 当施設は個人情報の保護に関する法律及び県個人情報保護に基づき、個人に関する情報を適正に取り扱っております。