

寒さの厳しい折、そして感染症を恐れるあまり外出を控えすぎて、生活不活発になっていませんか？1日中ぼんやりしていたり食事を抜いたりすると健康への影響が危惧されますので、運動・栄養・交流で体を守りましょう！

寒来たり遠くふは雪化粧

今
月
の
一
句



Sさんの作品

2021. 2月

竹村医院 通所リハビリテーション "T-SPACE"

⚠️ 新型コロナ家庭内の注意ポイント

もし新型コロナウイルスに自分や家族が感染してしまった場合は家族間の感染にも細心の注意が必要です。

自宅療養の注意点をまとめました。

「8つのポイント」

- ① 感染者と家族の部屋を分ける
- ② 世話は特定の人だけで
- ③ 全員がマスクを着用
- ④ こまめに手洗い
- ⑤ 定期的に換気する
- ⑥ ドアノブやトイレなどを消毒する
- ⑦ 汚れたリネン、衣服を洗濯する
- ⑧ ゴミは密閉して捨てる



～厚生労働省のガイドラインより～

今月の利用者紹介

【利用目的】人と話すことも少なく交流を持ちたい

Sさん 要介護1 ▶▶ もともと絵を描くのが好きだったSさん。今まで家にいても絵を描くことはありませんでした。リハビリを開始し久しぶりに絵を描いたことでどんどん楽しみが広がってきています。また、利用時には他の利用者さんと一緒に全身体操をしたり、カードゲームやコグニバイクで脳トレーニングを行っています。どんどん変わる問題に楽しみながら取り組んでいます。「利用し始めて、家でも明るくなったね」と知人より教えていただきました。



竹村医院3F

体験・見学も受付中

お気軽に **0739-34-2331** までお問合せ下さい！

住所：田辺市東山 1-3-8

	月	火	水	木	金
9:30	0	1	2	1	1
10:50	0	0	1	0	1

※利用可能人数