サバティ新聞

- 高知河ノ瀬店版 -

2015.11月号

さまざまなレクリエーションで楽しくリハビリ！

サバティ高知河ノ瀬店では、機能回復や動作性改善マシントレーニングの他に、創作レクリエーション、脳トレーニング、身体を動かすレクリエーションを毎日行っています。

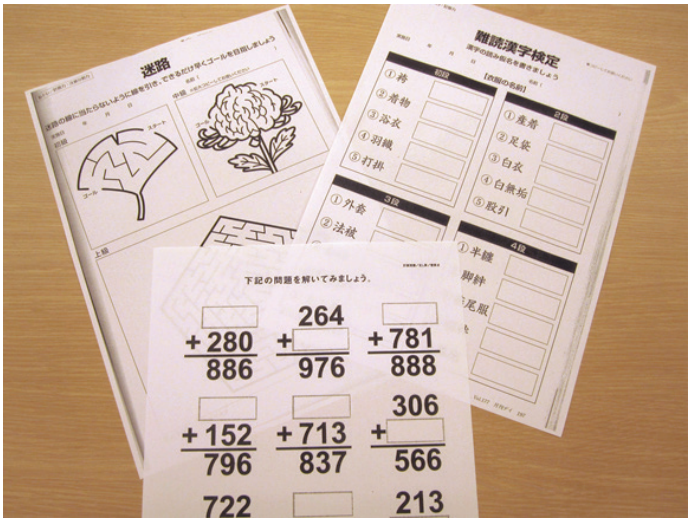
創作レクリエーションでは、先日色紙でコスモスを作りました！
みなさんでお互いに協力し合い、賑やかに取り組んでいただけました。

脳トレーニングでは、脳を活性化させるために、様々な問題を出題しています。
例えば、迷路や間違い探し、漢字クイズ、トンチ文字など、色々な分野にチャレンジしていただいています。

▲ 色紙でコスモス畑！色とりどりできれいですね！

身体を動かすレクリエーションでは、ボーリング、風船バレー、輪投げ、ゲーリングなどで優勝を狙い、皆で盛り上がりながら楽しんでいます。

少し肌寒くなってきましたが、みなさんはもうお鍋は召し上がりましたか？
11月7日はお鍋の日だそうです。みなさんのご家庭では、お鍋にどんな具材を入れますか？
高知では、お鍋のメインに名産土佐ジロー（地鶏）、金目鯛、クジラ、エビを入れます！
お鍋は野菜を沢山摂れますし、スープを変えるだけでいろんな味が楽しめます。



▲ 脳トレーニング用の問題用紙。解けるかな？

▲ テーブルボーリングで楽しくリハビリ！

サバティの1日

サバティでは、1日型と半日型のプログラムをご用意しています。ご利用者様1人1人の体調や状況に合わせて内容を設定させていただいております。

1日型

午前

- 9:00 お迎え ～健康チェック
- 9:30 ストレッチ 体操
- 10:00 パワーリハビリ ご入浴
- 11:30 歩行訓練 ティータイム
- 11:50 整理体操
- 12:15 お食事 休憩

午後

- 13:30 ご入浴
- 14:30 歩行訓練
- 15:00 レクリエーション①
- 15:30 おやつ
- 16:00 レクリエーション②
- 16:45 お送り

1日体験の場合は、**無料**で「入浴」「昼食」のお試しができます。

※昼食は常食以外にアレルギー食、心臓食などの特食対応可能です。

半日型

午前・午後共通

- 9:00(13:30) お迎え ～健康チェック
- 9:30(14:00) ストレッチ 体操
- 10:00(14:30) パワーリハビリ
- 11:30(16:00) 歩行訓練 ティータイム
- 11:50(16:20) 整理体操
- 12:15(16:45) お送り

空き情報はこちら

見学・体験、随時受付中！

月	火	水	木	金	土
要相談	○	○	○	要相談	要相談

・半日型：9:00～12:15 / 13:30～16:45
・1日型：9:00～16:45

どんなご相談でもお気軽にお問い合わせください！

電話 088-837-1081

ファックス 088-837-1082

CAVATY 機能回復リハビリスタジオ サバティ高知

サバティ高知河ノ瀬店

介護保険事業所番号 3970105585

〒780-8034

高知県高知市南河ノ瀬町1-2

http://www.cavaty.jp/

11月生まれのご利用者様 お誕生日おめでとうございます！