

サバティ新聞

- 秦野中井店版 -
2024.8月号

ラジオ体操・体操～

連日の暑さにも負けず…意欲的にリハビリへ取り組まれる利用者様！！
パワーリハビリ前後には、筋肉をほぐすストレッチ体操・ラジオ体操を実施しています。
(女性利用者様は午後のリハビリ前にも体操しますので一日4回！！)
誰一人手を抜くことなくストレッチ体操・ラジオ体操に一生懸命！！
(筋肉をほぐすことはとても大切ですので居眠りしているとスタッフから注意されますから～)
最近では、立ち上がりラジオ体操をされる方が多くなってきました。ふらつくことなくしっかりとできており、曜日によっては利用者様が一番前に立ち先生？見本？となってくれています。身体も心も元気になってきているからでしょうか？スタッフもドライバーさんも一緒に頑張ってラジオ体操に取り組んでいます。ラジオ体操は音楽が流れると自然に身体が動き始めるくらい国民的な体操ですねえ。全身を使った動き、上肢、下肢の動きがあり、全身を動かすことで様々な関節運動があるため、朝や運動前など動き始めに行うことでウォーミングアップとしての効果も期待できるとのことですので取り組んでいます。午前中のパワーリハビリの後には、軽いストレッチ体操そして午後のレクレーション後にもラジオ体操やストレッチ体操・リズム体操を実施し身体を動かすことが多いサバティ秦野中井店です。朝から暑いので、施設内はエアコンタイマー機能を利用し利用者様が来店する時には、適温に設定しています。運動しても汗だくにはなりません、一日中動いているスタッフは汗だくで頑張っております(笑)



暑すぎて～

連日熱中症警報が出ており「暑いね～」が挨拶の様な日々、二宮秦野線にあります外気温度計を送迎車から見て同乗している利用者様と「さあ～今日は何度？」と毎朝確認しています！！最近朝から34℃との表示を都度見ることが多くなっています。暑いわけです。ある日、昼送迎で13時過ぎに通り利用者様とビックリ！！なんと39℃～つい路肩に送迎車を止め記念写真を撮ってしまいました(^)/この外気温度計は通る度に気になってしまいました。昼送迎時に37℃や38℃を見ても余り驚かなくなりました。慣れは恐ろしい(笑)



英語教室

数か月前から英会話教室の先生をされていた方がサバティ秦野中井店に週2日利用されることになりました。せっかくなので動物の名前等のカードを作成し自由時間に脳トレを兼ね、英語の指導をして貰っています。少しずつ慣れカードを見ただけで英単語を答える方が増えてきました。また、昼前の口腔体操も兼ね掲示したカードを全員大きな声で英語で答えていただきます。最初に答えを言うてもらうのですが…発音の良いこと！！さすが英語の先生の発音は素晴らしい～普段は聞きなれない英語ですが、興味深々皆一生懸命です！！



8月生まれのご利用者の皆様おめでとうございます！

| | |
|-------|-------|
| 3日…… | 6日…… |
| 13日…… | 15日…… |
| 16日…… | 21日…… |
| 30日…… | |

見学・体験、随時受付中！

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----|-----|---|-----|---|
| 要相談 | 要相談 | ○ | 要相談 | × |

・半日型：9:00～12:15 / 13:30～17:00
 ・1日型：9:00～17:00

どんなご相談でもお気軽にお問い合わせください！

電話 **0465-46-9595**
 ファックス **0465-46-9596**



CAVATY

サバティ 秦野中井店

機能回復リハビリスタジオ サバティ神奈川

介護保険事業所番号
1471400851

〒259-0151
 神奈川県足柄上郡中井町井ノ口2796-3
<https://www.cavaty.jp/>