



# わかすぎ新聞

第39号  
令和5年  
1月4日  
発行

## 株式会社ありがたいの理念

自分で歩く事・食べる事・そして笑顔で生きる事、  
利用者様を幸せにする  
そして私達自身も幸せになります。



## 口腔体操



リハビリデイサービスわかすぎでは、1日に3回、口腔体操を実施しています。  
この体操に真面目に取り組むことで、徐々に嚥下・呼吸・滑舌などを良くしていく効果が期待できます。  
わかすぎの言語聴覚士を中心に作製したオリジナルの口腔体操です。

お家でも是非やってみてくださいね♪



## リハビリ（言語療法）・口腔ケア

## リハビリ（理学療法・作業療法）



### リハビリスタッフより

新年あけましておめでとうございます。雪が降り始めても寒くなってきました。身体が冷えると血流が悪くなり、身体に様々なトラブルを引き起こします。自宅のお風呂では、湯船にしっかり浸かり身体を温めるようにしましょう。デイサービスでは、歩行練習を中心に様々な運動を行っています。マシーントレーニングやホットパックなど身体を温める方法は沢山あるので、色々試してみてもいいでしょうか。



## 放課後等デイサービス・生活介護



細川より一言



新年あけましておめでとうございます☆皆様どんなお正月を過ごしましたか？まだまだ厳しい寒さが堪えますね。新たな年を迎えると、とてもワクワクした気持ちになります。今年もリハビリデイサービスわかすぎで、一日一日、日々の健康と幸せの為に楽しく笑顔で過ごしていきましょう。今年もよろしくお願い致します。

リハビリデイサービスわかすぎ 0776-33-0708

