



# わかすぎ新聞

第38号

令和4年  
11月1日  
発行

## 株式会社ありがとうの理念

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。

## 皆勤賞おめでとうございます！！



## 口腔ケア リハビリ（言語療法）

### お口の周りと舌の筋機低下を予防する体操

— 新生活習慣！食前に行いましょう！ —



上下の唇

吸う・飲み込むのが難しくなる



舌の先

食べ物を  
押しつぶせなくなる



舌の奥

飲み込みが  
難しくなる



舌を反らせる

食べ物を  
丸められなくなる

## リハビリ（理学療法・作業療法）



### リハビリスタッフより



室内での音楽を流して歩く練習の時間は定着してきており、参加者も増えています。できるだけ長い距離を歩いて貰えるように歩行器を提供したり、歩き方が改善するよう声掛けしたりしています。半年に一度の歩行の測定が楽しみです！  
また、夏の暑さも和らいできており、屋外での歩行練習も再開しています。秋の気配を感じながら歩くのも楽しいですね！！どんどん歩く練習をして、転ばない体づくりをしていきましょう！！

## 放課後等デイサービス・生活介護



### 下川より一言



夏が終わり、朝晩が冷え込んできましたね。手洗い・うがい等の感染対策や、暖かいお鍋等を食べて体調管理をしっかりしていきましょう！  
10月2日に芝政で行われた‘FBCリレーマラソン’にわかすぎスタッフで出場しました！無事にみんな完走できました(^-^);



リハビリデイサービスわかすぎ 0776-33-0708

