

# アニモ通信

どこからともなく金木犀の香りが漂う季節となりました。9/19 は、敬老の日ということでキッズ倶楽部の皆さんからお祝いをいただき、当日の利用者さん大変嬉しそうでした。キッズ倶楽部の皆様いつも本当にありがとうございます。

10月、animoでは「スポーツの秋」にちなんで「ポッチャ大会」を開催しました。ルールや技はよくわかりませんが、大変面白くて大盛況でした(^\_^) 是非また開催したいと思います。

これからも新しいものに挑戦し皆さんと一緒に楽しめるようなリハビリプログラムを企画してまいりますので、よろしくお願い致します。

急激な気温の変化に体調を崩さぬようご自愛くださいませ。令和4年 10月 所長



どれだけ多くの球をジャックボール(白)に近づけられるか...



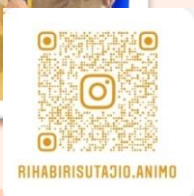
## ギャラリー



空き状況はうら面です  
よろしくお願いします

Instagram

rihabirisutajio.animo





2022年10月

リハビリスタジオ animo 三条 月間プログラム予定表

	月	火	水	木	金
第2週	3	4	5	6	7
準備体操 棒体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
	介護指導 リハビリプログラム	エキセントリック体操 かんたんエアロビ	相談員 リハビリプログラム	太極拳体操 かんたんエアロビ	看護指導 リハビリプログラム
第3週	10	11	12	13	14
準備体操 ペットボトル体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
	エキセントリック体操 練功十八法	相談員 リハビリプログラム	コグニサイズ ボクササイズ	看護指導 リハビリプログラム	太極拳体操 フレイル体操
	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
第4週	17	18	19	20	21
準備体操 タオル体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
	コグニサイズ フレイル体操	看護指導 リハビリプログラム	介護指導 リハビリプログラム	相談員 リハビリプログラム	介護指導 リハビリプログラム
	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
第5週	24	25	26	27	28
準備体操 脳トレ体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
	看護指導 リハビリプログラム	転倒予防 バランス体操編	転倒予防 バランス体操編	介護指導 リハビリプログラム	相談員 リハビリプログラム
第6週	31				
準備体操 口腔言語体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法				
	個別施術				
	ハウスリズム				
	ステップ体操				

転倒にご注意しましょう。10月10日は「転倒予防の日」。転倒事故の約半数が住み慣れた自宅で発生しています。「腰」「膝」のけがが多くなってますが、次いで「足・脚」の骨折も多く、骨折した場合は要入院となる高齢者が16%に上がります。浴室・脱衣所・廊下・ベッド・布団・階段・玄関等々滑る、つまづきに注意しましょう。

その他ご不明な点、ご要望・ご希望につきましては職員までお気軽にご相談ください

■所長/機能訓練 野口 ■看護 小島 ■相談員 志田 ■介護 歌代・長橋・阿部

リハビリスタジオ animo 三条 空き状況

令和4年10月17日 現在

	月	火	水	木	金	土	日
午前						休み	休み
午後						休み	休み

お試しご利用お待ちしております。

☎ 0256-64-7171  
担当 志田・小島