

二王子通信

7-8

月号

発行日

令和3年8月1日



通所リハビリでは7/17(土)に、6月から手作業で作った提灯や、天の川、願い事の短冊を吊るし、「七夕会☆彡」を開催しました。

当日は、あんみつ作りや願い事の発表、職員手作りのパネルで彦星と織姫になり記念撮影したりと、楽しい時間を過ごして頂いたと思います。

★皆さんの願い事が叶いますように★

～腸腰筋のストレッチ～

腸腰筋とは背骨と骨盤、大腿骨をつなぐ筋肉で硬くなると、腰痛や姿勢不良、足上がりの悪さの原因になります。しっかりストレッチしましょう！！



- ①左の姿勢を取ります。
- ②体幹を前傾したり、後ろに反り返ったりしないようにしましょう。
- ③後ろ足の股関節前面を伸ばしましょう。



ROUKEN_NINOHJI

Instagram

介護老人保健施設二王子のインスタグラムを開設いたしました。日々の施設の様子や、情報を随時更新していきます。お気軽にフォローしてください!!

七夕



**入所されている皆様も七夕会を実施しました!!!!!!
皆様に歌を歌ったり願いごとを発表したりと
楽しい七夕会になりました。**



**七夕会用の
飾りもご利用者の皆様に
作りました！
皆様の願いごとの短冊も
たくさん飾りました！！**

社団 **M&B collaboration**
介護老人保健施設 二王子

編集後記

梅雨は明けて夏が来ました！！
花火・すいか・夏野菜と夏は魅力がたくさん
です。僕はバーベキューがしたいです！！
もちろん感染対策の元…。

お問い合わせ TEL 0254-25-3737
FAX 0254-25-3540
〒957-0332 新潟県新発田市虎丸452
URL : <http://www.mbc.or.jp/ninohji/>
(通信担当) 齋藤、石川

検索してね！