

わこうだより - 令和2年5月号 -

わこうデイサービス浜乃木

〒690-0044 島根県松江市浜乃木6丁目8-31

TEL 0852-67-5028 FAX 0852-25-5775

HP <http://www.wakoukaigo.co.jp/>

事業所登録番号： 3270103009

わこうデイサービス浜乃木は今月も笑顔が一杯です！！



～5月のお誕生会～

「おめでとうございます♡

お元気な秘訣は？」

「クヨクヨしないこと！！」

機能訓練・筋力増強体操
立位での片足立ち1分間保持・
「後10秒で～す。足をしっかり上げてー！頑張って下さい。」
皆さん頑張っておられます。

ペットボトル運動

「腕をしっかり伸ばして、手首を上下に動かしましょう。」皆さんに合わせてペットボトルの重さを替えています。

