

ほほえみ ニュース

平成 30 年 11 月 10 日発行 第 204 号

編集・構成・発行

公益財団法人湯浅報恩会 寿泉堂香久山病院

通所リハビリテーション

文責 : 坪井明葉



今月の健康情報 インフルエンザ

典型的な症状: 38℃以上の発熱、関節痛や筋肉痛、頭痛、倦怠感咳、鼻水、喉の痛み。

↑これらの症状が出た時は早めに受診しましょう!

予防☞・ワクチン接種(発症の危険性を約 50~60%減少させることが出来る)

・マスクの着用

・流水と石鹸での手洗い(アルコール性手指消毒剤も有効)



もしかかってしまった時の治療は?

十分な休養と水分補給をして薬で重症化を防ぎましょう。

11月のレクリエーション予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---------|---------|-----------|---------|-----------|-----------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | | 音楽療法 | 輪投げ | 文化の日 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | プレゼント集め | 南京玉すだれ | 音楽療法 | みんなで輪投げ | みんなで輪投げ | 絵合わせ |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | 輪投げ | 笑いヨガ | 足で引っぱって | 永盛唱歌 | テーブルボーリング | テーブルボーリング |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | 栗落としゲーム | プレゼント集め | プレゼント集め | 栗落としゲーム | 勤労感謝の日 | 栗落としゲーム |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| | 紅白玉ころがし | 紅白玉ころがし | ゴスペルコンサート | 紅白玉ころがし | 足で引っぱって | |

大正琴



ふれあいコンサートで、大正琴の演奏を聴きました✩✩
演奏に合わせて懐かしい歌をみんなで歌い楽しい時間を過ごしました。

けん玉作り



久しぶりの創作活動でけん玉作りを行いました。
仕上がると早速遊んで出来具合を確かめていました✂

シャカシャカラリー



ボトルの中に棒を 20 本入れて、全部入れたらボトルを逆さにして振って
全部出して次の方に回します。ふたを開けたり閉めたりもするので手先の運動になります。