

地域で実践！ 「生活行為向上リハビリ」のご紹介

当施設では、お住まいの地域環境に合った歩行車の選定や地域でリハビリを実践する「生活行為向上リハビリ」に取り組んでおります。リハビリ職員と一緒に、実際に地域を歩き、坂道の練習なども致します。お住まいの地域での行動範囲の拡大に向けての支援となります。

地域でのリハビリが必要な際は、**地域での役割活動を安全に行えるよう引き続き支援してまいります！**



今日は何の日？ 3月10日はラッキーデー

今年の3月10日は、暦の上で最上の吉日が重なるラッキーデーと言われています。天赦日と一粒万倍日、さらに寅の日が重なる日は3月10日だけです。財布などの持ち物の新調、新たな挑戦、人生の大きな決断を行うのに最適なタイミングと言われています。

- 天赦日→あらゆる障害が取り除かれ、何をやってもうまくいく日
- 一粒万倍日→自分の言動が万倍になって返ってくると言われる日
- 寅の日→金運に縁がある日

小さなことでも、何か新しいことを始めてみるきっかけにするのも良いですね！「良いことだけでなく、悪いことも大きくなって返ってくる」と言われているため、少し注意が必要です **NG**

2月のクラブ活動



学習

節分飾りと花飾り
どちらも素敵ですね♪

園芸

将棋

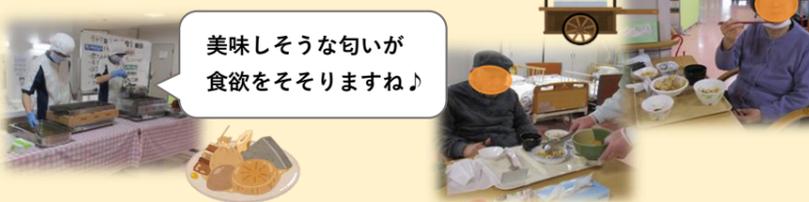
書道

制作

ポーチ作り
小物を入れるのに
ちょうど良いサイズです。

ゴルフクラブ

寒い時期にぴったり！屋台風おでん



美味しそうな匂いが
食欲をそそりますね♪

2/14(金)昼食時に、イベント食「屋台風おでん」を召し上がっていただきました。今回のメニューは「大根・卵・生揚げ・ちくわ・ウインナー・はんぺん」の6種類でした。お好きな具を何度かお替りされる方もいらっしゃいました。味が染みていて、とっても美味しいおでんでしたね！

葵の園 ・柳生

通所 リハビリテーション 通信

第140号

2025年3月発行

3月

日	月	火	水	木	金	土
23 天皇誕生日	24 憲法記念日	25	26 脳トレ・リズム体操は毎日実施します。(11:10~11:20頃)	27	28	1 「春一番」に負けぬ！ 転倒予防体操
2 本日はお休みします。	3 🎵 クラブ活動	4 🎵 春は2つの「風邪」に注意しよう	5 🎵 クラブ活動	6 🎵 クラブ活動	7 🎵 気をつけたい春バテと予防法	8 🎵 寒暖差による症状と対策
9 本日はお休みします。	10 🎵 気をつけたい春バテと予防法	11 🎵 クラブ活動	12 🎵 クラブ活動	13 🎵 管理栄養士による「塩分と高血圧について」	14 🎵 クラブ活動	15 🎵 春は2つの「風邪」に注意しよう
16 本日はお休みします。	17 🎵 理美容 作業療法士による「外出時に頼りになる補助具について」	18 🎵 理美容	19 🎵 理美容 数字合わせ神経衰弱体操	20 🎵 春分の日 硬筆	21 🎵 理美容 年間ふり返りスライドショー	22 🎵 理美容 🎵 クラブ活動
23 本日はお休みします。	24 🎵 クラブ活動	25 🎵 年間ふり返りスライドショー	26 🎵 言語聴覚士による「今増えている「孤独」とは」	27 🎵 年間ふり返りスライドショー	28 🎵 クラブ活動	29 🎵 クラブ活動
30 本日はお休みします。	31 🎵 「春一番」に負けぬ！ 転倒予防体操	1	2	3	4	5

🎵 印の付いている日は13:10~13:55 音楽鑑賞のみ 🎵 印の付いている日は13:10~音楽鑑賞、13:25~13:55は音楽療法があります

ひな祭り食べ物の由来について

〈ちらし寿司について〉

ちらし寿司自体を食べるのには特に由来がないと言われてますが、平安時代にお祝いの際に食べる習慣があった「なれ寿司」(魚にお米を詰めて発酵させた現在のお寿司の原型)がひな祭りにも食べられていたため、ちらし寿司に変化したのではないかとされています。

◎ちらし寿司の食材については、縁起の良い物を使用しています。食材の種類を多く入れるのは「生きているあいだ、食べ物に困らないように」と願いがこめられています。

- ・えび：長寿の意味。ヒゲや曲がった腰が長生きを連想させるため
- ・れんこん：穴から先を見通せる。穴が開いているから
- ・豆：まめに生きる。まめに働ける
- ・菜の花：春を感じる。暖かい色合いをしている



〈ひし餅について〉

◎ひし餅の由来は、もともと「3月の最初の巳の月」に中国で食べられていたお餅に由来していると言われています。また、華やかな淡い紅、白、緑の3色にはそれぞれ意味があります。

- ・緑：草の芽や大地を思わせる
- ・白：白い雪をイメージする
- ・淡い紅：春に咲く桃の花をイメージする



◎ひし餅を重ねる順番で意味が変わってきます。下から緑・白・淡い紅の順番では、雪の下から草が芽生えて、桃の花が咲くという風に。

リハビリテーション 体験利用随時受付中

理学療法・作業療法・言語聴覚療法・音楽療法

空き情報

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
◎	◎	◎	◎	◎	◎

◎:十分空きあり ○:若干空きあり △:要相談

※別途昼食代650円がかかります

短時間利用コースもございます。

ご希望の方は 022-381-8668 までご連絡ください。

担当 針生・菊地・大友

発行元 ・ 介護老人保健施設 葵の園・柳生
仙台市太白区柳生字台57-1