

あかしや通信 平成30年12月号

〒089-0552 中川郡幕別町札内あかしや町 42 番地の 10

Tel 0155-55-4165 Fax 0155-55-4166

《12月の行事予定》 Merry Christmas!!

日程	行事内容
12月17日(月)～12月22日(土)	通所 クリスマス会
12月19日(水) 13:30～15:30	3階 クリスマス会
12月20日(木) 12:30～14:00	お誕生会(12月生まれ)
12月21日(金) 11:00～12:30	1階 クリスマス会
12月26日(水) 13:30～15:30	2階 クリスマス会
12月30日(日)～1月3日(木)	年末・年始



幕別中学校3年生

～地域貢献学習で利用者様と交流～



11月の誕生会～みなさま、おめでとうございます！



方が一に備えて！避難訓練！



～リハビリこぼれ話～



みなさまこんにちは。とうとう雪が降ってきて、道路もツルツル路面となりましたね。半年ぶりの雪かきで若干筋肉痛になっております(涙)。

あっ、自己紹介が遅れました。初めましての方もいるかと思いますが、**自称『幕別一の色男』**こと作業療法士の江波です。ここからの時期は外での転倒が増えてきます。今月は冬道歩行のワンポイントを。

1)小さな歩幅で歩く

歩幅を大きくすると、重心の位置が高くなりバランスを崩すことがあります。特に滑りやすいところは小さな歩幅のほうがバランスがとりやすいです。

2)靴の裏全体をつけて歩く

足の裏全体を地面につけて歩くことで、足裏全体で雪や地面の感触をつかむことができます。感触をつかむことで、バランスがとりやすくなり、転びにくくなります。

3)急がず、ゆっくり歩く

時間に余裕をもちましょう！急いで歩くと、滑りやすいところなどの判断がつきにくくなったり、大股や足の裏全体をつくことが難しくなります。また、ポケットに手を入れたり、携帯電話で電話をしながらの雪道歩行は危険です。

※上記以外にも滑り止めのついた杖や靴を使用することも効果的です。不安や疑問があれば何でもご相談ください。



～お知らせ～

～長期入所・年末年始について～

長期入所サービスにつきましては、年末年始も通常通りのサービス提供をさせていただきます。例年、外出・外泊等を希望される方が多くなる期間ですので、外出・外泊のご希望がある利用者様はお早めにスタッフまでご相談くださいますようお願いいたします。



～通所リハビリテーション・年末年始について～



今年も1年間、通所リハビリテーションをご利用いただき本当にありがとうございました。通所サービスは、下記の日程『12月30日～1月3日』をお休みさせていただきます。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、来年もどうぞよろしくお願いいたします。

H30年12月		H31年1月						
28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日	4日	5日
金	土	日	月	火	水	木	金	土
通常利用日	通常利用日	お休み	お休み	お休み	お休み	お休み	通常利用日	通常利用日

～事務室より～

事務の窓口対応につきましても12月30日～1月3日までお休みとなります。この間、利用料支払い・入所預かり金等の金銭の取扱いができなくなります。ご了承ください。