

樂りら通信

平成25年11月

初めまして、リハビリデイ 樂りらです。

10月7日にリハビリデイ 樂りらがオープンしました。

リハビリデイ 樂りらは、楽しい♪・気楽な🍏・楽にできる◎ + リハビリ・リラックス・リラクゼーションを目的としたデイサービスです。

機能訓練を通して体の元気を目指すと共に、一緒に笑いあって楽しい時間を過ごすことで、心も元気になって頂くことが、私たちのモットーです。

スタッフ紹介

管理者の前川正人です。

皆さんと楽しい時間を過ごし、身体機能の維持・向上のお手伝いが出来たらと思っています。

機能訓練指導員の甲斐直美です。

明るく笑えて、楽しいな♡良かったな♡又行きたいなと思って頂けるような時間を皆様と過ごさせてもらえたらと、思っております。一緒に身体機能の維持・向上を目指し、頑張りましょう！

介護職員の甲斐有貴です。

皆様のお役に立てるよう、精一杯お手伝いさせていただきます。樂りらスタッフは、いつも明るく、笑顔で楽しい人たちです♪ぜひ私達と一緒に頑張りましょう。

生活相談員の三宅清子です。

ご利用者様と一緒に楽しみながら運動を行い、常に笑顔を忘れず心も体も元気になって頂けるようお手伝いさせていただきます。

機能訓練指導員の前川直美です。

今までの経験を活かし、ご利用者様の機能訓練のお役に立てればと思っています。ご利用者様に喜んで頂けるように、笑顔と健康のお手伝いをさせていただきます。

しづきです。3ヶ月になりました。

笑いかけてもらえると、とってもうれしくなって、私もニコニコになります◎私の成長を見守って下さい♡

今月の体操 デイサービスでも行っている体操の方法や効果をご紹介します

①**深呼吸** お腹を膨らませるように、鼻から大きく息を吸い口をすぼめてゆっくりと息を吐きます。

深呼吸には緊張緩和、リラックス効果、ストレス解消効果血流改善、ダイエット効果、美肌効果があります。また、高血圧予防効果もあるようです。

リハビリデイ 樂りら

〒521-0011

米原市中多良 645-3

TEL:0749-50-7449

FAX:0749-50-7367