



中区もえぎ 4月度 もえぎだより

中区もえぎ
横浜市中央区日ノ出町1-36-310
TEL : 045-315-2147
FAX : 045-315-2148
nakaku_moegi@fukushimoegi.com



理学療法を実施します。



**理学療法士が専門知識を生かし、
基本動作のお悩みを解決いたします。**

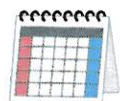
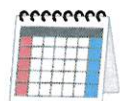
※理学療法実施日は日付けの横に（理）と表示しています。

また、都合により実施できない日もあります。

理学療法士とは？

立つ・座る・歩く、などの「基本動作能力」の回復や維持、または予防をすること
で自立した日常が送れるように支援するリハビリ専門職です。

姿勢よく座る事が難しい…という場合、実は体幹（お腹の筋肉）が弱い事が原因
かもしれません。その他にもお箸やハサミを使うときは手首や肩の動きも関係し
てきます。身体の動きを診て、苦手な動作と一緒に練習していきます！

日	月	火	水	木	金	土
		1(理)	2(理)	3	4	5
		野毛山動物園 	大栈橋 	根岸森林公園 	陣ヶ下溪谷 ひろば公園 	シンボルタワー 
6	7	8	9	10(理)	11	12(理)
もえぎ休み 	生活学習 	生活学習 	公園 ウォーキング 	生活学習 	生活学習 	おやつ作り (パフェ) 
13	14(理)	15	16	17	18(理)	19
もえぎ休み 	買物学習 	おやつ作り (フルーツポンチ) 	公園 ウォーキング 	タブレット学習 	避難訓練 	蒔田公園 
20	21(理)	22	23	24(理)	25	26
もえぎ休み 	工作 	工作 	公園 ウォーキング 	工作 	工作 	本牧山頂公園 
27	28	29	30(理)			
もえぎ休み 	カレンダー作り 	もえぎ休み 	公園 ウォーキング 			