



中区もえぎ 11月度 もえぎだより

中区もえぎ
横浜市中区日ノ出町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
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、苦手の動作と一緒に練習していきます！

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。

日	月	火	水	木	金	土
30						1
もえぎ休み						調理実習 (ホットサンド)
2	3	4	5	6	7	8
もえぎ休み	もえぎ休み 文化の日 	生活学習 	公園 ウォーキング 	生活学習 	生活学習 	収穫祭 (鶴ヶ峰もえぎ)
9	10	11	12	13	14	15
もえぎ休み	避難訓練 	タブレット学習 	公園 ウォーキング 	買物学習 	さつまいもの おやつ作り 	三ツ沢公園 わんぱく広場
16	17	18	19	20	21	22
もえぎ休み	工作 	工作 	公園 ウォーキング 	工作 	工作 	逗子海岸 (電車移動)
23	24	25	26	27	28	29
もえぎ休み	もえぎ休み 勤労感謝の日 	もえぎ映画館 	公園 ウォーキング 	カレンダー作り 	カレンダー作り 	クリスマス ツリー作り