



# 中区もえぎ 2026年2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	2	3	4	5	6	7
	生活学習 					買い物学習 (おやつ購入) 
8	9	10	11	12	13	14
もえぎ休み	卓球 	もえぎ映画館 	もえぎ休み 建国記念日 	タブレット学習 	避難訓練 	おやつ作り ホットケーキ 
15	16	17	18	19	20	21
もえぎ休み	工作 		公園 ウォーキング 	工作 		調理実習 やきそば 
22	23	24	25	26	27	28
もえぎ休み	もえぎ休み 天皇誕生日 	ボクササイズ 	カレンダー作り 		買い物学習 	はまぎん こども宇宙科学館 