



中区もえぎ 6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

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ボクササイズ 	開港記念日 臨港パーク 	公園 ウォーキング 	おやつ作り (プリンアラモード) 	紙コップタワー 	買物学習 (昼食購入) 
7	8	9	10	11	12	13
もえぎ休み	生活学習 					防災フェア 
14	15	16	17	18	19	20
もえぎ休み	避難訓練 	バランスボール 検定 	タブレット学習 	椅子取りゲーム 	もえぎ映画館 	おやつ作り (たこ焼き) 
21	22	23	24	25	26	27
もえぎ休み	工作 					カップヌードル ミュージアム 
28	29	30				
もえぎ休み	カレンダー作り 	カレンダー作り 				