

Vol. 25



にやいほっと！

いっぽかわらばん

2025 年 6 月号
株式会社リハビリホーム一步
代表取締役 阿部 裕一
上尾市大字上尾下 859-1
電話：048-871-6956
編集部：辻 菊江

歳を取ろうが、身体が不自由になろうが、生涯現役！イキイキ生活を目指そう！！

「リハビリホーム一步」グループ 3 施設の日常を紹介する暖かい気持ちになる新聞です！

残念ながら雨で中止になった保育園運動会ですが、青空の下、かけっこや障害物競走などで元気に身体を動かしました。
利用者さまとの交流競技では、大小様々なボールを落とさないように隣の人に渡していく、もの送りリレー「いっぽッシブル」で盛り上がりました！！
暑い中、子どもたちに声援を送ってくださりありがとうございました！（保育士：矢崎）



6/5・12

運動会ごっこ



《一步日帰り旅行》6/15(日)品川水族館～横浜中華街～カップヌードルミュージアム
バス 2 台、56 名の参加で今年も行ってきました！バス内では、自己紹介や将来の夢を語ったりとワイワイと横浜方面へ！水族館で写真をたくさん撮ったりイルカショーの見学などを楽しみ、中華街では回転テーブルの料理を取り分けて食事を楽しみながら会話が弾みました。職種や業種が違ってもなかなか交流ができない方もいますが、一緒に楽しい一日を過ごし有意義な一日でした。
(実行委員長：小島)



【編集後記】園児とデイご利用者様と一緒にいるラジオ体操は、しっかり行くと卓球やパワーヨガと同じくらいの運動負荷になり、継続することで血管年齢や体力年齢低下の効果が期待できるそうです。私も 5 年ほど朝のラジオ体操を続けていますがスッキリ効果抜群です（辻）

HPはこちらから▶▶▶
リハビリホーム一步 検索
<http://reha-ippo.net/>
ML: info@reha-ippo.net

