

平成30年12号

# 陽だまりの日記



川崎小学校5年1～3組の子どもたちが授業の一環として来てくれました。みなさん、「5年生ってこんなにしっかりしてるだねえ」とおっしゃり、子どもたちが用意したゲームや絵本を見て感心し、大絶賛でした。

小学生の訪問で皆さんとてもいい笑顔で活動に参加されていました。小学生の元気いっぱいのパワーをもらうことができました。早いもので今年も残りわずかとなりました（平成もあとわずかですね）心せわしい年の暮れ何かとご多用とは思いますが、お体に気をつけ良い新年をお迎えください。



もれなく大量!!魚釣り



波乱万丈!!手作り絵本



まるで迷路!?すごろく

子どもたちとパチリ



陽だまりにて大人気!!



パワーリハビリの様子

▼ローイングMF

姿勢の改善、胸郭可動性の改善が期待されます。



胸郭の可動制限(強)  
↓  
呼吸時のエネルギー効率低下  
↓  
疲労や息切れ

▲水平レッグプレス

立ち上がりや着座動作の改善、立位や歩行の安定が期待されます。

※疲れず、気持ち良さを感じる程度で継続的に行います。  
※他にも体幹を鍛えるマシン等あります。

## 静波のお祭り お渡し見学 (11/3)

こんな特等席は初めてでした！  
間近で見られて、みなさんもお祭り気分になり楽しいひとときを過ごしました。

