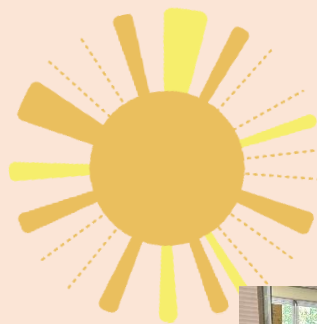


サンサンさんぽ

～ル・サンテリオンよどえ 通所リハビリ～

No.27
2025.8

海と松林に囲まれた自然の中でみんな一緒にサンサンと輝きましょう！



暑さに負けず、リハビリを頑張っています！

リハビリ専門職員が評価を行い、一人一人に合わせて個別でリハビリを実施しています。毎日暑くて外に出ることも億劫ですが、みなさん室内でできるリハビリにそれぞれ取り組んでいます！



肩や腕の体操



歩行練習



機械で手足の運動



階段練習



立位バランス練習



季節の飾りを作成

野菜畑

施設で育てている夏野菜が大きく実り、たくさん収穫ができました。ズッキーニは昼食のカレーにトッピングして頂きました！！



トマトを収穫



なすび



ズッキーニ



夏野菜大収穫！！



おいしく頂きました



通所介護リハビリテーション

《空き状況》(○…空きあり、△要相談)

	月	火	水	木	金	土
午前 (10:00~11:30)	○	○	○	○	○	△
午後 (14:00~15:30)	○	○	○	○	○	△

現在、入浴は火・金曜日以外受け入れ可能となっています。状況により変わるため右記連絡先までお気軽にご相談ください。

脳トレ

体操

<問い合わせ先>

介護老人保健施設 ル・サンテリオンよどえ
通所リハビリテーション ☎(0859)56-5282
担当(湯澤・安田)

サンサンちょこっとセミナー

今回は熱中症についての話をしたいと思います。高齢になると老化により、暑さを感じにくくなり気づいた時には症状がかなり進行し、重症化してしまっています。

【熱中症の対策】

意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。救急車来るまで体を冷やしましょう。意識がある場合は、涼しい場所へ移動し、すぐに体を冷やします。

熱中症にならない為に日中は屋外での作業は控え、のどが渇いていない時でも、こまめに水分を摂る習慣を身につけましょう！起床時、午前中、昼食時、午後、就寝前等に意識してコップ1杯量の水分を積極的に摂り、今年の猛暑を乗り切りましょう！



看護師 小原

～体を冷やすポイント～



(NHK 防災> 教えて青田さん！熱中症の注意点と対策より引用)

「<http://www.nhk.or.jp/bousai/articles/29616>」

ショートステイのご案内

ユニット型個室



洗面台、個室トイレ有
タンス、TV 貸出有

ショートステイのご利用相談随時受付しております。
例えばこんな理由で・・・

「毎日暑い日が続いていて、日中一人で家に居てもらう事が心配」「家族の休息時間を持ちたい」等。老健ではリハビリもあり、スタッフや介護機器も揃っています。ショートステイをご活用していただけたらと思います。

ご相談お待ちしております😊♪。

お問い合わせは下記の担当者までご連絡ください。

0859-56-4073 担当：安田、湯澤

〒689-3425 米子市淀江町佐陀 2169
介護老人保健施設 ル・サンテリオンよどえ
通所リハビリテーション (0859)56-5282



ホームページ



紹介動画

▶ 予防通所の
紹介動画が見られます！