

広報部ストレス解消法

《広報部メンバーのストレス解消法》

- ・カラオケ ・食べる事 ・深呼吸
- ・給茶機で冷たい水を1杯飲む
- ・ウォーキング
- ・鼻歌を小さく歌う♪



《入院中でも気軽にできるストレス解消法の紹介》

- ・散歩に行き太陽をあびて気分転換
- ・OTに参加して・・・
カラオケ、映画鑑賞、塗り絵をすること！
- ・ラジオ体操をして身体を動かし
リフレッシュ!!!



活動の紹介



《旬菜クラブ》

11月16日(土)

「野菜のマカロニスープ」
収穫したトマトとナスを
入れたスープでした。
小松菜の種まき、玉ねぎ
の苗植えをしました！



《クッキング》

11月22日(金)

「味噌ラーメン」
包丁使わずに、
ボリューム満点に
美味しくできました！



オーティイ通信

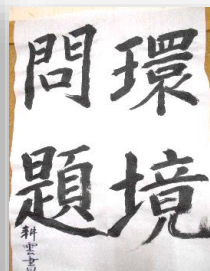


12月

作業療法・OTって？

(英語 Occupational Therapy)
病気のため毎日の生活を健康的に送れなくなってしまった方が、再び自分らしい健康的な毎日が送れるよう、様々な活動(スポーツ、レクリエーション、農耕、クッキング、手芸など)を行っています。

OT 作品の紹介



棒編みマフラーが完成しました！

院内行事のお知らせ

12月23日(月) 仁恵クリスマス会
5階多目的ホールでクリスマス会をします★
各病棟の歌やダンスを行いとても盛り上がります～♪



11月13日(水) 令和初★秋祭り



快晴の中の秋祭りでした！
「焼きそば・から揚げ・ポテトフライ・鯛焼き・わたがし・アイス」と美味しいものが沢山食べられました！
猿回しの猿がとても頑張っていて可愛かったです！
太鼓を自分たちも実際に叩かせてもらって最高な1日でした★

