

みうら整形外科 通所リハビリテーション ～園芸療法～

春分の季節、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は大変お世話になっております。
当施設では午後に季節ごとのレクリエーションを行っております。

今回は園芸療法を行いましたので、ご報告させていただきます。

高齢者の多くは園芸が馴染みのある作業である方が多く、段階付けが容易です。

前傾姿勢で草取りや水やりをすることで、体幹の筋力や可動域、バランス機能向上、心肺機能向上を図れます。また屋外での作業であるため、認知機能維持・向上、自発性の向上、気分の緩和等が期待できます。

今後も宜しくお願い致します。

