

# やくとぴ

Vol.50

はっこう/2017年12月



Topics of Yakushinosato

デイサービス & ショートステイ

おすすめのマイナビ

薬師の郷の午後のアクティビティのミュージックセラピーから  
「リラクゼーションヨガ」と「ボディパーカッション&リズム体操」  
を紹介いたします!!



前半は『静』の『リラクゼーションヨガ』です。

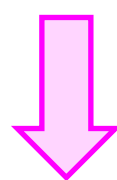
しっかりと「呼吸」を意識しながら、  
ゆったりとした気分で体を動かします。



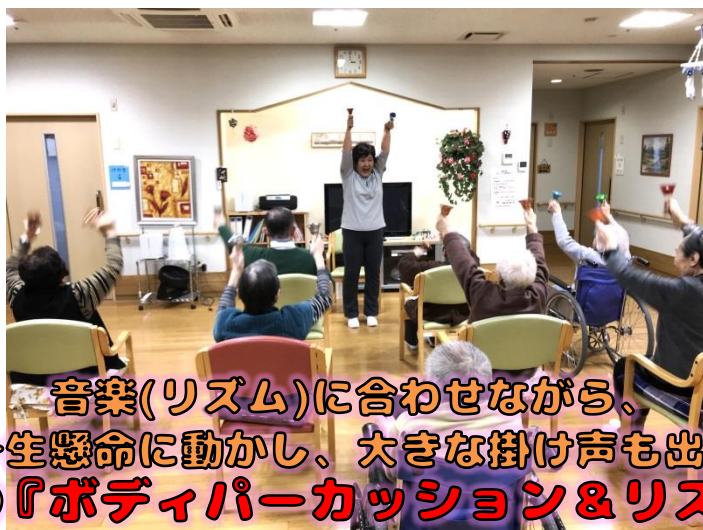
<https://youtu.be/7P4bxAY4ef4>



やくとぴ Vol.50 達成を  
記念して動画も撮影しました!!  
スマートフォン等で  
こちらからご覧いただけます!!



<https://youtu.be/4p4WUDCi3L4>



音楽(リズム)に合わせながら、  
手足を一生懸命に動かし、大きな掛け声も出します。  
後半は『動』の『ボディパーカッション&リズム体操』です。

社会福祉法人 三条嵐南老人福祉会 高齢者福祉施設 薬師の郷  
〒955-0806 新潟県三条市長嶺 419 番地 TEL.0256-32-2838 FAX.0256-32-3561  
発行責任者: 施設長 小柳 守 / 編集者: 田伏 栄子  
HP <http://www.yakushinosato.net/>

薬師の郷

検索

