

# 善通寺診療所デイケア

## リハビリ便利

令和6年11月号

先月で四国八十八ヶ所巡礼の旅が無事ゴールしました！おつかれさまでした

次なる目標は**東海道五十三次**に決定



今年も紅葉が色づく季節が近づいてまいりました。日に日に秋が深まり肌寒さを感じる季節ですね。服装に気を付けて元気にすごしていきましょう

### 10月のレクの様子



玉入れ大会



風船バレー

### 東海道五十三次 (日本橋～三条大橋)



### 東海道五十三次とは？

江戸時代に江戸日本橋(幕府)から京都三条大橋(朝廷)までの東海道におかれた53の宿場のこと。総距離約492km！日本橋からスタートです。がんばって歩きましょう。

10月歩いた距離は**56.97km**藤沢宿(神奈川県)に到達しました。



現在、3-4時間、6-7時間空きあります。見学や電話でのお問い合わせ等お気軽に連絡をお待ちしています。

善通寺診療所内デイケア・中村 ☎0877-62-0311

文責：作業療法士  
近藤 理絵