

ドールハウスの“秋”

今年もハロウインの時期がやってきました!

ドールハウスも、たくさんのカボチャが

飾られて賑やかになりました♪

よく見ると、一つ一つカボチャのお顔が違うので

見る人を楽しませてくれます。

どの角度から見ても可愛いドールハウスの様子に、

ご利用者様も興味津々で

立ち止まって覗き込んで

います。



毎月こうして、ご利用者様と一緒に楽しめるのも、ドールハウスの醍醐味の一つです。

ふれあい



制作
「月見ちぎり絵」

- 特集①②「2年振りに健康講座を開催しました!!」「FM-HANAKO認知症ほっとサロン」… 2P～
- ピックアップ!「ホープ君」「コロナワクチン4回目」…………… 4P
- ピックアップ!「認知機能の維持・改善を目的としたシナプソロジーを導入」… 5P
- はーとぴあだより…………… 6P～
- お知らせ…………… 8P

巻頭 特集①

2年振りに 健康講座を 開催しました!!

新型コロナウイルスの影響でしばらく中止となっていた健康講座を再開しました。

今回は「フレイル」について講義や実際にご自宅で行える体操を交えて行いました。

21名の方に参加頂き、コロナ自粛による運動不足を実感していただきながらも皆さん楽しそうに参加されました。



講師 理学療法士
布澤 良太



参加者からも「弱らないために運動をしようと思った。」「運動だけでなく食事にも気を付けようと思った。」などフレイル予防に向けて前向きな感想も聞かれました。

今後も、感染状況を見ながらにはなりますが以前のように地域の方々の健康増進や交流の場を作っていきたいと思います。

巻頭 特集②

FM-HANAKO 認知症ほっとサロン

通所リハビリテーションの認知症リハビリとアクティビティ、運動療法についてお話ししてきました。

認知症リハビリの代表的なものとして「おとなの学校」をご紹介。アクティビティ…心と体の機能を高める活動として「麻雀とカラオケ」をご紹介。

適度に体を動かすことも認知症の予防効果があるとされているため、運動療法の代表的なものとして「コグニバイク」をご紹介。

おとなの
学校

おとなの学校は、学生の頃の懐かしさを感じてもらえるよう10人ほど座ることができる学校形式の教室を作り、チャイムを鳴らしたり日直を決めたりしながら勉強だけを目的とせず、様々な教科のお題に昔の思い出を楽しみながらコミュニケーションをとって頂けるような内容で授業を行います。

麻雀は右脳を活性化させるため、視覚や聴覚・知覚など五感からの認識を鍛えることに繋げることができ、カラオケはリズムに合わせて歌ったり、人前で歌ったりするため、爽快感やリラックス感が得られ自律神経を整えることに繋げることができます。

コグニバイクは、自転車を漕ぎながら画面に写し出された問題を解くことができる、運動と脳のトレーニングを同時に行えるリハビリ機器です。

コグニ
バイク



麻雀

カラオケ



どれも継続することが大切なので、はーとぴあでは、単に娯楽として楽しんでもらうのではなく、認知症を予防し生活の質を高めることを目的とし、脳のトレーニングを楽しみながら続けることを一番に考えています。

支援相談員 村上 直哉

ピックアップ!

ホープくん



安全懸架式リハビリテーションリフトを導入しました!

今まで立つ事が難しかった方に対して、リフトで身体を支え転倒リスクがなく安全に立位練習や歩行練習ができます! 「久しぶりに歩く感覚を感じることができ、リハビリが楽しいです。」

「安全に歩く練習ができて嬉しいです。」

など様々な嬉しい感想が寄せられています。

名前のご利用者様の投票により「ホープくん」に決定致しました♪

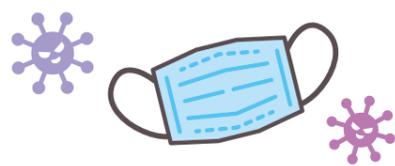


ピックアップ!

4回目の新型コロナウイルスワクチンを接種しました!



まだまだ新型コロナウイルス感染症が続いていますが、しっかり感染対策して罹患しないようにしましょう!



ピックアップ!

認知機能の維持・改善を目的としたシナプソロジーを導入

通所リハビリでは9月から「シナプソロジー」を開始しました。シナプソロジーを開始したことでご利用者の笑顔がより増えさらに活気が出たと感じています。またシナプソロジーを行ってからの体操やレクリエーションも活気が出ています。

通所リハビリでは全国最多の19名のスタッフがインストラクターの資格を有しています。ご利用者、体験利用の方からも好評を得ています。

「シナプソロジー」とは身体を軽く動かし新たな脳への刺激により、楽しく脳を混乱させ認知機能低下を予防するプログラムです。笑顔もあり楽しく続けられるのが特徴です。新しいことをすると、脳が混乱し刺激され、脳の活性化につながります。効果として認知機能の向上、注意機能・判断力の向上、手先の器用さの向上などが認められています。



は〜とびあだより

このコーナーは、季節毎に行われる
楽しい催しものをお知らせするコーナーです。

7月

スイカ割り

夏の風物詩の一つである「スイカ割り」を行いました！

もちろん、海水浴場まで移動することは
できないため、フロアで実施！



皆さまの力で、
真っ二つに割れました！
大きいスイカに
一同びっくり！

8月

かき氷

この夏は例年以上の酷暑でした。
そのため、みなさまに少しでも
涼を感じていただこうと思い、
かき氷をしました♪



イチゴや宇治のシロップ、
小豆のトッピングなど、
いろいろなバリエーションで
美味しそうに食べられていました！

敬老会を開催!!

ささやかではございますが、
敬老会のプレゼントを
お渡しいたしました！



元気で
ガンバ！

なんと御年101歳の方もおられます！
これからも、お元気で
長生きしてくださいね♪



なんやろか？

ちゃんちゃんこを着て、
これからの抱負を
語ってもらいました。



目指せすぞ
長寿日本一！