

梅雨の時期となりました。梅雨は気温が上がってくることに加えて湿度が高く、自覚のない脱水に注意が必要です。しっかり水分を摂ることが大切です。コロナ禍ということもありますので、気をつけてお過ごしください。

2階



2階ではひまわりの飾りを作りました。作ったひまわりは廊下やお部屋に飾っています。皆様とても喜ばれていました。

ひまわりと一緒にパチリ!



3階



3階は利用者の皆様とスタッフで雨粒を貼っていただき、6月の雰囲気を楽しんでいただきました。楽しそうに貼られていた様子でした。



4階



今回4階は生花をしました。綺麗な花や自然に触れることで外出が出来ない今、笑顔でリフレッシュできたと、笑って花を生けておられます。毎日楽しそうに話をしたりして過ごされています。

歌の健康効果

現在、感染予防で音楽療法や集団リハビリが行えていないため、リハビリの中で歌を歌ったり、聞いたりする機会を提供しています。歌を歌うことは高齢者にとって嬉しい効果がたくさんあります。



脳の活性化

認知症予防や記憶力の向上につながります。

誤嚥防止

口周りの筋肉を鍛え、飲み込む力を強くします。

ストレス発散

自律神経や血圧が安定し、脳血管性認知症のリスクを軽減することができます。

口腔環境が整う

唾液の分泌が促され、口腔内の洗浄、抗菌、保護などに役立ちます。



※写真はイメージです。
グループで行う場合は感染対策をしながら実施しています。

*都合により変更もあります。
6/24(木) 生け花クラブ