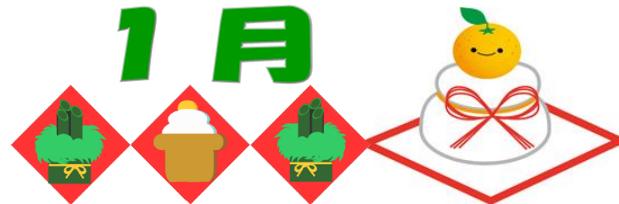




千秋病院デイケア

あおどら

1月



新年の挨拶



新年おめでとうございます。
私がデイケアに来て三度目の正月を迎えるました。
みなさま今年は叶えたい目標を立ててみませんか?
こんなことがしたい、あんなことがしたい…いろいろあると思います。
みなさまの目標にむけて職員も一緒に頑張る!
そんな一年にしていきたいです。本年もよろしくお願ひします。



あけましておめでとうございます。
お正月はどのように過ごされたでしょうか。
新しい年号も気になるところですが、まずは平成31年
今年も皆さん元気にデイケアへお越し下さることを
楽しみにしています。デイケアに来てまだ短いですが、
皆さんに顔は覚えて頂けたかなと思いまので、
これからたくさんお話し出来たら嬉しいです。
皆さんにとって良い1年となりますように。



利用者様の作品



2018年度 満足度アンケートにご協力頂き、ありがとうございました。
アンケート集計結果と改善策は、デイケア入口・デイケア前廊下の2か所に掲示させて頂きます。
郵送にてアンケートにご協力頂きました方は、クリアケースにてお届け致します。

1月14日(月)デイケア営業致します

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 炎	5
6	7 炎	8	9	10	11	12
13	14	15 炎	16	17	18	19
20	21	22	23 炎	24	25	26 音楽
27	28	29	30	31 炎		

毎月 炎 の日はイベント湯です

金ちゃんコンサート



1月26日(土)です



リハビリからのひとことアドバイス



運動習慣が物忘れを予防する！

運動を実施する事は、認知機能を向上させるのに有効であると多くの研究によって明らかとなっています。さらに、運動+認知トレーニングを組み合わせて行なうことにより効果的に記憶力向上に繋がると言われています。

コグニション【認知課題】+エクササイズ【運動課題】=コグニサイズ【複合運動】

コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算・しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。運動（足踏みやかかと上げなど）をしながら、頭も使う（計算やしりとりなど）ことで、運動効果+脳の活動を活発にすると言われています。【運動は座って行なってもOKです】

運動も脳トレもコグニサイズも、全て継続することがポイントです！
まずは、どんなことでもいいので簡単に出来る事から始め、運動や脳トレ、コグニサイズなど習慣化させていきましょう。



ぼく、
ケンちゃん



腹話術



ケンちゃんかわいい～♪

クリスマス会

12月18日にクリスマス会を行ないました。

クルミファイブ という女性5人組のボランティアさんに来て頂き、腹話術

や南京玉すだれを見て楽しみました。

スタッフが扮したサンタクロースや歌手も登場しました。



#サンタさん登場♪

あなたにインタビュー 鈴川 美知子様



3年前、自転車でころんで骨折して入院しました。

退院後、デイケアに通うようになりました。リハビリをがんばってやってきました。
最初の頃は、ずっと車イスでしたが、リハビリのおかげで短い距離なら手引きと杖で歩けるようになりました。

デイケアでは、いつも楽しく塗り絵をさせてもらっています。
家では、草とりなどの畠仕事も少しやれるようになりました。
夏にはキュウリとトマトを収穫できました。



千秋太郎リサイタル
始まり、始まり



千秋太郎に。。。見惚れています



おやつはケーキ♥