

地域交流・バラ園見学・お買い物と行事満載で意欲向上!



ダンス・ダンス!



見事よ〜!



お土産のケーキ♡



バラ園で☆



6月リハビリからの一言
今回のテーマ:

「物忘れと認知症」

年齢を重ねると、脳の老化によって誰もが物忘れをしやすくなりますが、加齢による物忘れと、認知症による物忘れは大きく違います。★脳を動かせることが認知症予防に繋がります。特に以下のことを心掛けて下さい。

①バランスの良い食事。②こまめな運動。③予防のための脳トレ。

④他者とコミュニケーションをとる。

毎日少しずつでもいいので、誰かと話をしながら運動を行いバランスの良い食事を摂る事で元気に過ごす事が出来ます。詳しくはリハビリまで。

理学療法士：米村 昌洋



新コーナー! 職員紹介



おくむら やすみ
奥村 康美
看護師

2月から看護師として入職しました。施設での仕事は初めてとなりますが、皆様に色々ご指導頂けたらと思います!

<抱負>

看護師の経験を活かし、皆様が安心して健康に過ごして頂けるよう頑張っております。医療の事など、何でもご相談下さい

平成29年6月

活動予定



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
			6月といえは、「梅雨」 家の中で過ごすことが多くなる季節ですが、はなぞのケアセンターでは、 運動不足防止になる企画をご用意しております! ぜひご参加いただき、健康に過ごしましょう!	ウォーキング教室 ウィーク! 健康ウォーキング教室に参加し、 運動不足を解消しましょう!		
4	5	6	7	8	9	10
お休み	体幹トレーニング ウィーク! 体の奥の筋肉を鍛えることで 正しい姿勢を作り転倒予防につなげるトレーニング			ケーキツアー	映写会	音楽会
11	12	13	14	15	16	17
お休み	おじゃめでポン! 集中力・指先を使い 脳を活性化!			ケーキツアー	映写会	音楽会
18	19	20	21	22	23	24
お休み	傘傘 メリーゴーランド 空間把握・動体視力に効果抜群です!			本妙寺保育園 交流会	映写会	ケーキツアー
25	26	27	28	29	30	
お休み	6月 生まれの方のお誕生日会					
	脳レクリエーション ウィーク					

大人気! 6月企画のお知らせ!

☆ 本妙寺保育園 交流会 ☆ 6月22日(木)

☆ ケーキツアー ☆ 6月 8日(木)・15日(木)・24日(土)



はなぞのケアセンター

熊本市西区花園7丁目25-23

TEL 096-359-3399

FAX 096-359-3330