



はなぞの便り 8月

H29年度 はなぞのケアセンター小規模多機能ホーム

<http://www.kumamotokousei.jp>

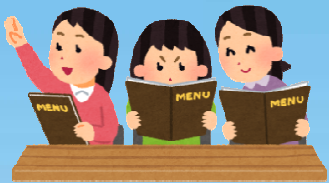
毎日暑い日が続いていますが、みなさまいかがお過ごしでしょうか？小規模多機能ホームのご利用者も毎日の体操やレクリエーションに元気に取り組んでいらっしゃいます。

今月8月も、「そうめん流し」や「花火大会」など夏にちなんだ行事を予定しております。通所の大きなホールに設置した、なが〜い竹にそうめん流し、大勢で食べていただきます。毎年楽しみにされている方も多く、職員も竹きり作業やセット作りに気合が入ります！また、秋にかけても敬老会や秋祭りなど施設全体を挙げたイベントが控えております。今後も、はなぞのケアセンターのさまざまなイベントにご期待ください♪

外食ツアー



お好み焼き屋「どどん亭」にお邪魔しました。しっかり混ぜて、焼いて、ひっくり返して、ソースを付けてとすべての工程をご利用者に行って頂きました。皆様とても、腕前が良かったです。



誕生会



今回の誕生会には、ボランティアの方が来所されマジックショーを披露して頂きました。目の前で起こる不思議な手品の数々に、皆様拍手喝采でした！



運動会



通所ホールで運動会を開催しました。紅組と白組に分かれて、玉入れや輪っかりレー、風船バレーなどで得点を競い、結果は同点で勝敗は次回へ持越しとなりました。運動会の後は、綿菓子を作って召し上がって頂きました。



認知機能と脳トレについて

脳機能・認知機能を維持するために、私たちの施設でも頻繁に脳トレを兼ねたレクリエーションを行っておりますが、ご家庭でも出来る脳のトレーニングをご紹介します。

① 計算問題

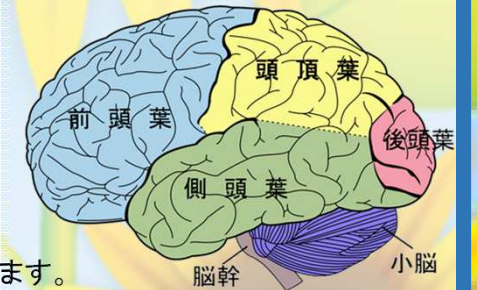
計算問題を解くことで、**前頭前野**の機能の維持と改善が図れます。また難しい問題を解くよりも簡単な問題を解く方が、脳が活性化するとされています。簡単な問題を数多く解いてみましょう。

② 塗り絵

どこにどんな色を塗るかを考えながら行う事で、脳に刺激を与えます。また手先を細かく動かすことで、脳の**前頭葉**にある「**運動野**」という部位を刺激し、脳の血流を増大させ、脳活性化に大きな役割を果たすと考えられています。

③ 回想法

昔の思い出を話すことは、**脳の活性化**や精神的な安定に繋がります。ご家庭でも会話の時間を多く持ち、たくさんの昔話をさせてください。



8月の行事予定

そうめん流し

花火大会

ハーモニカ演奏会

誕生会

複合ケアホーム はなぞのケアセンター
〒860-0072 熊本県熊本市西区花園7丁目25-23

TEL: 096-359-3399

FAX: 096-359-3330