



マノリアル本荘

デイ通信 平成28年 10月

平成28年10月 活動予定



9月14日に敬老会を行いました。今年は傘寿1名、米寿8名、卒寿5名、白寿1名の賀寿者がいらっしゃいました。表彰式では賞状と職員手作りの記念品をうけとられ、とても素敵な笑顔を見せていただきました。皆様、これからも元気で過ごしてください(*^_^*)

インフルエンザの予防
インフルエンザの予防接種には、感染後に発病する可能性を低くする効果とインフルエンザにかかった場合の重症化を防止する効果があります。予防接種を受けてから効果がでるまで、2週間程度かかるため、早めに予防接種を受けましょう。
流水や石けんでの手洗いは、手指についたウイルスを流し落とす効果があります。ただし、洗いやすすぎが不十分だとウイルスを完全に除去することができません。意識して長めに手洗いを行いましょう。

- ・潜伏期間:通常1日～3日
- ・感染期間:発症直前から、発病後3日程度までが感染力が特に強いとされる
- ・典型的な症状:急激な発熱で発症、38～39℃以上に

花を添えた、**♪ 数々の余興!!**



敬老会の表彰式の後には利用者様の詩吟やボランティアによる華麗な歌と踊り、美女?によるラインダンスなどの余興があり、大いに盛り上がりました(^o^)/

月	火	水	木	金	土	日	
					1 お楽しみゲーム	2 お休み	
3	4	5	6	7	8	9	
棒ふり体操						10 創作活動	11 お休み
12 フラダンスボランティア	13 ミニゲートボール	14 落語ボランティア	15 ペタンク	16 ペタンク	17 創作活動	18 お休み	
19	20	21	22	23	24 陶芸教室	25 お休み	
ボール体操						26 陶芸教室	27 お休み
28 輪投げ	29 輪投げ	30 ボーリング	31 ミニゲートボール	1 UFOゲーム	2 陶芸教室	3 お休み	
4	5	6	7	8	9 秋のお出かけ	10 お休み	
リング体操						11 秋のお出かけ	12 お休み
13 狙ってPON!!	14 狙ってPON!!	15 熊本タワー	16 引っ張ってGO!!	17 引っ張ってGO!!	18 秋のお出かけ	19 お休み	
20	21	22	23	24	25 秋のお出かけ	26 お休み	
ペットボトル体操						27 秋のお出かけ	28 お休み
29 ギリギリゲーム	30 野球ゲーム	31 サッカーゲーム	1 UFOゲーム	2 ゴルフ	3 秋のお出かけ	4 お休み	
5	6	7	8	9	10 芸術	11 お休み	
竹ふみ体操						12 読書	13 運動
14 ハロウィンゲーム	15	16	17	18	19	20	

リハだより

認知機能向上体操について

認知機能向上体操とは体と頭の体操を同時に行うことで、脳を活性化させる運動です。認知症の予防に効果があるといわれています。方法は様々です。例えば足踏みをしながら数字を数え、3の倍数で手を叩くなど...

その他にも色々な方法がありますので詳しくはお尋ね下さい(*^_^*)
間違えても大丈夫！頭をしっかり使っている証拠です。
楽しく笑顔で毎日行っていきましょう！！



理学療法士 高島 泰希



マノリアル本荘

熊本市中央区本荘5丁目10-23

TEL 096-288-3331

FAX 096-288-3332

秋になりました。とても過ごしやすい季節です。色んなことを楽しみながら過ごしましょう。