

令和3年 1月29日発行

1月号

すずらん



新年を迎え、新たな気分でお過ごしのことと思います。
厳しい寒さが続きますが、体調を崩されぬようくれぐれもお気をつけください。

すずらん レクリエーション

パットゴルフ

座った状態でボールを打ちます。カップの手前は少し坂になっています。簡単そうに見えて、なかなか難しいゲームです。



ブーメランゲーム



得点の書いてある紙の上にブーメランを投げて、得点を競うゲームです。高得点の的は小さいので、難しくなっています。皆さん、ねらって投げられていました。

初釜

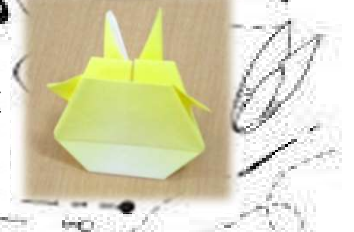


今年初のお茶会を催しました。「和」を感じて頂き、お茶は職員が点てさせて頂きました。和菓子とお茶を皆さん楽しまれておられました。

手芸



今月の折り紙は干支にちなんだ「牛」を折っています。職員に聞きながら作業が進んでいました。きれいに仕上がっています。



個別活動

脳トレ(足し算)

間違い探し



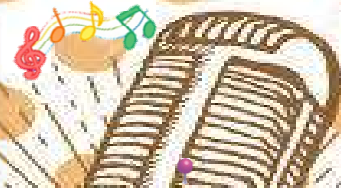
塗り絵や脳トレプリントをすることで、認知症予防の効果があると言われております。また、集中して無心になる状態にリラックス効果もあるとされております。

体操



ラジオ体操に加えて、セラバンド(上)、鈴(左)、棒等を用いた体操を日替わりで取り入れています。

カラオケ



音程やリズムをとったり、歌詞を読んだり思い出すことで脳が活性化し、認知症予防や記憶力向上に良いとされています。皆さん、楽しんでいます。

リハビリ



歩行訓練や、平行棒を使っての上半身・下半身を動かす運動や起立訓練です。ご本人様の体調に合わせて行っております。

デイサービスセンター 所在地 北九州市若松区大字畠田25-1
すずらんの家
すずらん TEL.093-772-1200 FAX.093-772-1201