

令和3年 5月31日発行

5月号

# すずらん



季節は春から夏への変わり目になり、汗ばむような陽気の日も多くなってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすくなりますので気をつけましょう。



## 手芸

今月は折り紙に取り組みました。なじみのある鶴やかぶとを折りました。指先を動かす事で脳の活性化にとっても効果的です。



## 個別活動

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。



## リハビリ



起立・歩行訓練、階段昇降や自転車漕ぎなどのリハビリを行っております。エアーマッサーの利用も皆さんとても気持ち良いと好評頂いております。



## 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。

## すずらんレクリエーション



今月も様々なレクリエーションを行いました。ボール探し、後ろにホイッ!、お手玉ノック、コインめくりの写真です、皆さんとても盛り上がっています。

## お茶会



お茶会を催しました。「和」を演出していますが、いかがでしょうか。お茶は職員が点てさせて頂き、皆さんとても喜ばれておられました。

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  
TEL.093-772-1200 FAX.093-772-1201