

令和4年 8月31日発行

8月号

# すずらん



# だより

まだまだ暑い日が続きます。夏の終わりは、疲れが出やすい時期ですので体調に十分気をつけながら楽しく過ごして頂ければと思います。

## すずらん レクリエーション

### おはじきホッケー



### パラソルボール



### 色分けゲーム



### パットゴルフ



### カーリング (机)



### ボール取りゲーム



### プッシュINボール



## 機能訓練

## マッサージ



### エアフットマッサージャー概要 (惣田製作所製)

すずらんの足用マッサージャーを紹介いたします。足先からふくらはぎまでを順にエアバッグで揉み上げ、停滞している血液をしっかり押し上げます。足のむくみ、筋肉の疲れ、筋肉のコリをほぐす、疲労回復、神経痛・筋肉痛の痛みの軽減の効果・効能が認められた医療機器です。1回10分程度で血行を促進し、利用者様に好評です。



## 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。しっかりと感染対策も行ってあります。

## 個別活動



デイサービスセンター  
すずらん  
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