

発行/デイサービスセンター 嘉響

# ひのくま

令和5年夏号

## 考えることをつづけること

先日、利用者様より「娘から、おばあちゃん、〇〇を頼んだけど忘れちゃったの？」というお話を聞く機会がありました。頭の体操の時間はもちろん、全ての活動を通して、「考える」時間を設けています。自力では解けない問題に対して、「なぜ？」「どうして？」と疑問を持ち、ヒントをもらいながら考えることを、日々続けることが認知機能を維持することに繋がり、それがさらに自宅でも継続できることは、日常生活のちょっとしたスパイスになります。



職員と一緒に考える連想ゲームは大人気です！お題を決めて、単語を上げていきます。

みなさんで一緒に考えると様々な答えがでてきます。他の利用者の答えに関心をして、新しい発見をもらう方もいらっしゃるようです。



<8月の空き状況> ○空きあり △ご相談ください ×空きなし 食費は600円頂いています。

曜日	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
空き	○	○	△	○	○	○
入浴	○	○	△	○	○	○

## 「かきょうの一コマ」レクリエーション編



### 「おそばを沢山食べたいなゲーム」

このゲームは、ラップのしんについてひも（そば）を巻いていくゲームです。

- ① 手首を自然と動かすことができます
- ② ラップを握るので握力をきたえることができます。（杖やセニアカーを使用される方も多いので、しっかり握る力をつけることができます。）

みなさんからは、「ゆっくり食べてのんびめないようにしないとね」「こりゃ～いい運動だね」とおっしゃる方や、絵に愛称をつけて下さる方もいました。



### 「ボールころころゲーム」

上から落ちてきたボールを下でキャッチをするゲームです。障害物があるので、どこにくるかわかりません。

- ① 前傾姿勢になるため、踏ん張る力をつけることができます
- ② いつくるかわからないので、とっさの瞬発力をきたえることができます。

みなさんからは、「いつくるか分からないから、自然と顔があがるし、用意をしないとまらないね」「自然と身体が動いたよ」とおっしゃる方もいました。

嘉響では、利用者様のアイデアをヒントに、職員と一緒にレクリエーションに取り組んでいます。本来のゲームのルールを改良して、嘉響ルールに変えてみたりしています。楽しく体を動かすその中には、機能訓練としての運動が隠されています。嘉響で自然に体をうごかしてみませんか？



社会福祉法人駿河会

デイサービスセンター 嘉響

静岡県葵区富沢 1542-39 社会福祉法人 駿河会 晃の園内

電話 054-270-1210 (担当)：小黒・加藤

【定員】18名 月曜日～土曜日（ただし年末年始を除く）

体験・見学お待ちしております



ホームページ

<http://www.surugakai.net/kakyou/>