

すぐに役立つ暮らしの健康情報

さんいちわ

2018年 3月号

●QOLを高める! ホームドクター・アドバイス●



社会福祉法人大善福祉会後援会

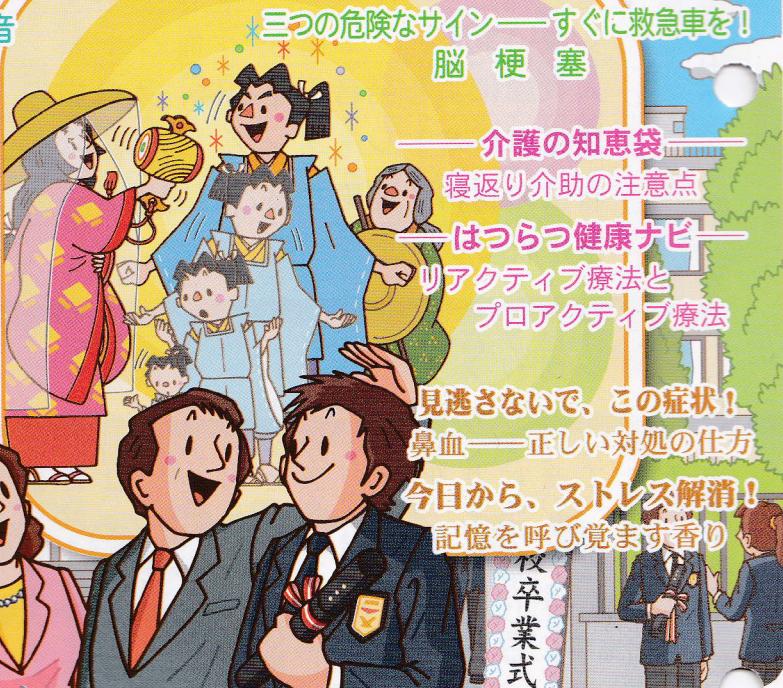
さんいちわさんじん友の会

企画・発行 〒434-0012 静岡県浜松市浜北区中瀬3829-1

TEL. 053-588-4115

特別養護老人ホーム 多喜の園(内)

●メディカル・プロファイリング●



中瀬元気はつらつ教室

こんにちは。介護予防教室「中瀬元気はつらつ教室」です。

多喜の園内に開設している「中瀬元気はつらつ教室」は、浜北区北部（中瀬・赤佐・庵玉地区）にお住いの高齢者で、介護申請をしていない方や要支援1、2を認定されている方、自宅においても出かけることが少なく、閉じこもり傾向にある方がお気楽に利用していただいているます。

認知症予防のために、おしゃべりやレクリエーション、体操、行楽など、色々なプログラムを用意し、楽しい時間を過ごしていただいているます。

今回は、はつらつ教室でも人気の高いプログラムを紹介します。
1番人気は行楽です。

1月には小国神社に初詣に出掛けました。

「今年も元気に過ごせますように!」、「家内安全。みんな元気にして良く…」、そんな声があがっていました。「来年も来れるようにお参りしたよ!」と笑顔で話す利用者さんは活き活きとしていました。

出かける事が少なくなってきた利用者様にとって、同じ年代の方々と出かける行楽がとても楽しみのようです。

そして第2位は、曜日別対抗戦ゲームです。

週1回の決まった曜日の利用日で、曜日ごとに同じ条件のゲームで競います。「ほかの曜日に負けてなるものか!」と団結力がすごいです。

ゲームを行うことで、利用者様の意欲の向上、まだまだやればできるといった自信にもつなげることが出来ています。

はつらつ教室で行う色々なプログラムは、利用者様に楽しいと思っていただけるよう考え、工夫しています。

介護申請をして支援1、2の判定が出た方、介護申請をしていない方、同じ年代の方々とおしゃべりをして、楽しいひと時を過ごしませんか。

ぜひ一度、はつらつ教室に見学にお越しください。

【問い合わせ】 中瀬元気はつらつ教室

担当 鈴木 亜紀 電話 053-588-4115



行楽の一コマ



曜日対抗ゲーム