

知っていますか？

◇コグニサイズ・チェアロビ体操

コグニサイズとは…

運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表したものです。国立長寿医療センターが開発したプログラムで、頭を使いながら運動をすることで脳の活性化につながるとされています。



～レッツチャレンジ！！～

椅子に腰を掛けて準備体操から。足踏みをしながら、スタッフの動きや音楽に合わせ、手足を動かします（右手を下→横→前→上、次は左手…）

なかなか簡単にとはいきませんが、上手く出来なくても盛り上がります！ご利用者様同士のコミュニケーションの一つにもなり、良い刺激となっています。

◇お花見

今年も桜の季節がやってきました！

コロナ渦ではありますが、感染予防と人が少ない場所を選び、短時間ではありますが桜を愛でました。





◇誕生日会 ◁◁◁

いこいでは毎月、ご利用様の誕生日会を実施しています。主役のご利用者様を中心に、皆さんで♪お誕生日おめでとう♪

の歌を唄います。

プレゼント贈呈の後は一言コメントを頂いています。皆さんの視線を集め恥ずかしそうにされますが、感謝の言葉や皆さんの体をいたわる言葉をおっしゃいます。

なんと暖かい空気で包まれる素敵な時間。

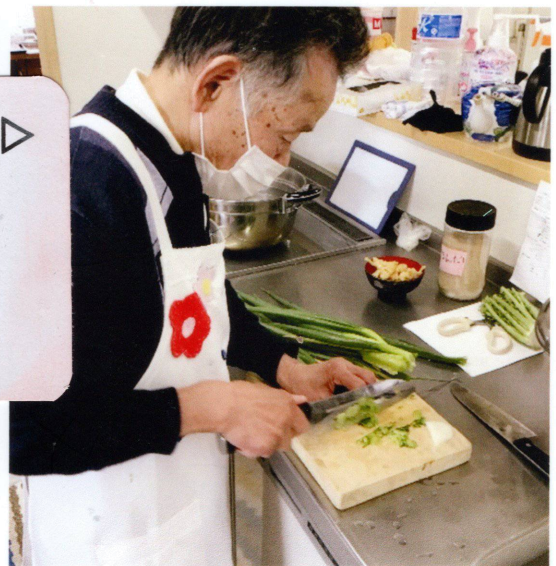
みなさんで頂くケーキもまた格別に美味しいですね！

◇調理プログラムでのひとコマ ▷▷▷

4月から通所されたA様。

調理師としてお勤めをされていた経験を活かし、調理プログラムで腕前を披露して下さいました。

台所での立ち姿や包丁さばきに、皆さんから歓声が沸きました！



◇出張下駄箱作り ◁◁◁

グループホームより下駄箱のオーダーをいただきました。

スタッフ北村氏と共にご利用様と制作。材料の購入・運搬、色塗り、組み立て、使いやすくするためのアイデアも飛び出しました！

落ち着いた色合いに省スペースで機能的な仕上がり。皆さんにも好評です♪



社会福祉法人 近江ちいろば会 ぼだいじデイサービスセンターいこい
住所：湖南省菩提寺東4丁目1-5 電話(0748)74-3902
ホームページ <https://chiiroba.jp> 相談窓口 管理者・生活相談員まで